



令和 7年 5月 献立



※ 献立は変更する場合がございます。
あらかじめご了承ください

デイサービス
せいかつCAN黒崎

端午の節句とは？

奈良時代にはじまり、平安時代には病氣や災厄から身を守る大切な貴族の行事として定着しました。
端午という呼称は中国伝来のもので、端午の「端」は「端っこ」、すなわち「最初」の意味です。「午」は「午（うま）の日」つまり五月初の午の日に行われる行事ということです。



1 木			2 金			3 土		
きのこご飯 鮭の塩焼き きゅうりの酢の物 お味噌汁 ヤクルト			ごはん 牛肉の柳川風煮 青梗菜の煮浸し お味噌汁 ヤクルト			ごはん 白身魚のオーロラ焼き 春雨サラダ コンソメスープ ヤクルト		
エネルギー 466 kcal 食塩相当量 3.2 g			エネルギー 552 kcal 食塩相当量 3.1 g			エネルギー 514 kcal 食塩相当量 3.3 g		
5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	10 土	12 月	13 火	14 水
ごはん カレイの山椒焼き ブロッコリーのカニマヨ和え お味噌汁 ヤクルト			ごはん 豚肉の味噌炒め さつまいもの甘煮 お吸い物 ヤクルト			ごはん 鯖の味噌焼き がんもの煮物 お吸い物 ヤクルト		
エネルギー 493 kcal 食塩相当量 3.2 g			エネルギー 652 kcal 食塩相当量 1.9 g			エネルギー 756 kcal 食塩相当量 5.4 g		
ごはん つくね煮 カリフラワーのゆかり和え お味噌汁 ヤクルト			ごはん 麦ごはん 赤魚の粕漬け焼き お麩の卵とじ 赤だし汁 ヤクルト			行楽 弁当		
エネルギー 548 kcal 食塩相当量 3.2 g			エネルギー 496 kcal 食塩相当量 3.3 g			エネルギー 676 kcal 食塩相当量 2.7 g		
ごはん 鯖の柚子味噌焼き 南瓜の煮物 お吸い物 ヤクルト			ごはん チキンカツ ふろふき大根 お味噌汁 ヤクルト			ごはん 三色丼 茄子の田楽 お吸い物 青りんごゼリー ヤクルト		
エネルギー 520 kcal 食塩相当量 2.6 g			エネルギー 602 kcal 食塩相当量 3.4 g			エネルギー 585 kcal 食塩相当量 3.3 g		
ごはん カレーライス 野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト ヤクルト			ごはん 白身魚のパン粉焼き 南瓜サラダ お味噌汁 ヤクルト			ごはん 葱豚あなかけうどん おにぎり 里芋の煮ころがし 果物 ヤクルト		
エネルギー 591 kcal 食塩相当量 4.3 g			エネルギー 485 kcal 食塩相当量 2.1 g			エネルギー 498 kcal 食塩相当量 2.8 g		
ごはん 八宝菜 焼き餃子 わかめスープ ヤクルト			ごはん 赤魚の西京焼き フキの炒り煮 お吸い物 ヤクルト			ごはん 鯖のみぞれ煮 つまつなのごま和え お味噌汁 ヤクルト		
エネルギー 574 kcal 食塩相当量 3.4 g			エネルギー 438 kcal 食塩相当量 2.6 g			エネルギー 532 kcal 食塩相当量 2.7 g		
ごはん 野菜あんかけ 白和え お味噌汁 ヤクルト			ごはん 白身魚の野菜あんかけ 白和え お味噌汁 ヤクルト			ナ良料理		
エネルギー 485 kcal 食塩相当量 2.8 g			エネルギー 525 kcal 食塩相当量 3.6 g			エネルギー 652 kcal 食塩相当量 1.8 g		