

# 令和 8年 5月 献立

## デイサービス せいかつCAN黒崎

※ 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

### 端午の節句とは？

奈良時代にはじまり、平安時代には病気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		2	
		金		土	
		菜飯 チキンカツ 小松菜のナムル かきたま汁 ヤクルト		ごはん 鮭の塩焼き 里芋の煮物 お味噌汁 ヤクルト	
		エネルギー 591 kcal		エネルギー 478 kcal	
		食塩相当量 2.9 g		食塩相当量 2.4 g	
4	5	6	7	8	9
月	火	水	木	金	土
ごはん カレイの山椒焼き さつま芋の甘煮 お味噌汁 ヤクルト	ごはん 豚肉の味噌炒め 春雨サラダ お吸い物 ヤクルト	ごはん 魚のカレー風味揚げ 青梗菜の煮浸し お味噌汁 ヤクルト	ごはん 鶏肉の柳川風煮 フロッコリーカニマヨ和え お味噌汁 ヤクルト	ごはん 鯖の葱味噌焼き がんもの煮物 お吸い物 ヤクルト	葱豚あんかけうどん おにぎり じゃがいものそぼろ煮 果物
エネルギー 508 kcal	エネルギー 605 kcal	エネルギー 507 kcal	エネルギー 609 kcal	エネルギー 521 kcal	エネルギー 520 kcal
食塩相当量 2.6 g	食塩相当量 2.7 g	食塩相当量 2.6 g	食塩相当量 2.8 g	食塩相当量 2.8 g	食塩相当量 3.0 g
11	12	13	14	15	16
月	火	水	木	金	土
ごはん つくね煮 ぼてとサラダ お味噌汁 ヤクルト	ごはん 鯖の焼き南蛮漬け だし巻き卵 赤だし汁 ヤクルト	親子丼 茄子の田楽 お吸い物 青りんごゼリー	ごはん 赤魚の粕漬け焼き 高野豆腐の卵とじ お味噌汁 ヤクルト	ごはん チーズハンバーグ ジャーマンポテト お味噌汁 ヤクルト	ごはん カレイの煮つけ 竹輪の磯部揚げ お味噌汁 ヤクルト
エネルギー 607 kcal	エネルギー 581 kcal	エネルギー 615 kcal	エネルギー 492 kcal	エネルギー 624 kcal	エネルギー 489 kcal
食塩相当量 3.3 g	食塩相当量 3.8 g	食塩相当量 2.8 g	食塩相当量 2.7 g	食塩相当量 3.6 g	食塩相当量 2.8 g
18	19	20	21	22	23
月	火	水	木	金	土
ごはん 鯖の柚子味噌焼き かぼちゃの煮物 お吸い物 ヤクルト	<b>神奈川県料理</b>	ごはん 鮭のバター醤油焼き 厚揚げの煮物 お吸い物 ヤクルト	ごはん メンチカツ しろふき大根 お味噌汁 ヤクルト	ごはん 鯖のみぞれ煮 マカロニサラダ お味噌汁 ヤクルト	ごはん 牛サイコロステーキ フロッコリーのかにあんかけ お吸い物 ヤクルト
エネルギー 512 kcal	エネルギー 545 kcal	エネルギー 484 kcal	エネルギー 617 kcal	エネルギー 561 kcal	エネルギー 632 kcal
食塩相当量 2.6 g	食塩相当量 5.5 g	食塩相当量 2.3 g	食塩相当量 3.5 g	食塩相当量 3.5 g	食塩相当量 2.0 g
25	26	27	28	29	30
月	火	水	木	金	土
カレーライス 野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト	ごはん 白身魚のパン粉焼き 白和え お味噌汁 ヤクルト	ごはん 麻婆豆腐 オクラおかか和え わかめスープ ヤクルト	ごはん 鯖の西京焼き ふきの炒り煮 お吸い物 ヤクルト	ごはん 筑前煮 海苔入り卵焼き お味噌汁 ヤクルト	ごはん エビフライ&コロック 切干大根 お味噌汁 ヤクルト
エネルギー 543 kcal	エネルギー 477 kcal	エネルギー 490 kcal	エネルギー 499 kcal	エネルギー 520 kcal	エネルギー 561 kcal
食塩相当量 4.1 g	食塩相当量 2.5 g	食塩相当量 2.4 g	食塩相当量 2.7 g	食塩相当量 2.6 g	食塩相当量 2.9 g