


献立表

献立種類：特養（個別献立 / ご飯 / パン / A / B）

期 間：2024/8/1～2024/8/31

	日	月	火	水	木 1	金 2	土 3
朝食					フルーチェ 食パン パンキンポタージュ	ヨーグルト（オレンジ） ねぎ雑炊	フルーチェ 北海道ミルク ポタージュスープ
昼食					青菜小エビ御飯 冷しゃぶ ブロッコリーのピナツツ和え 味噌汁 果物（バナナ）	御飯 エビフライ 特養：添え デイ：添え 青のりポテトサラダ 味噌汁 果物（みかん缶） 漬物	御飯 牛肉とごぼうのピリ辛炒め 大豆煮 すまし汁 ぶどうゼリー 浅漬け
夕食					御飯 赤魚の煮付け 添え 豆みょうともやしの炒め物 すまし汁	御飯 炒り鶏 小松菜とうす揚げの煮物 すまし汁	御飯 炊き合わせ ピーマンとじゃこ炒め 味噌汁
					エネルギー 1393kcal 蛋白質 59.1g 脂質 43g 食塩 8.3g	エネルギー 1485kcal 蛋白質 49.4g 脂質 47.5g 食塩 5.9g	エネルギー 1436kcal 蛋白質 51.4g 脂質 46.9g 食塩 5.9g
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	ヨーグルト 玉子雑炊 野菜ジュース	ヨーグルト（いちご） きつね雑炊	フルーチェ ミニショコラツイスト コーンスープ	ヨーグルト（ブルーベリー） カニ雑炊	フルーチェ 食パン パンキンポタージュ	ヨーグルト（オレンジ） きつね雑炊	フルーチェ 北海道ミルク ポタージュスープ
昼食	炊き込みごはん そうめん ウインナーのソテー 果物（オレンジ）	御飯 豚肉の味噌炒め（回鍋肉） 春雨サラダ すまし汁 果物（MIX缶） 漬物	御飯 鮭の山椒焼き 添え 卵の花炒り煮 味噌汁 りんごゼリー 漬物	夏野菜カレー 彩りサラダ 果物（キウイ） 漬物	御飯 さごしの煮付け 添え 金時豆 すまし汁 果物（みかん缶） 浅漬け	御飯 鶏と夏野菜の揚げ浸し 冷奴 味噌汁 果物（バナナ） 漬物	御飯 鯖の塩焼き 添え 高野豆腐の玉子とじ 味噌汁 果物（パイン缶） 漬物
夕食	御飯 鶏肉の梅しそ焼き 添え とろろ すまし汁	御飯 ホキのバター醤油焼き 添え 人参しりしり 味噌汁	御飯 松風焼き 添え オクラの胡麻和え すまし汁	御飯 ホッケの塩焼き 添え ひじき煮豆 味噌汁	御飯 お好み焼き たたきごぼう 味噌汁	御飯 えびの玉子とじ 菜の花の辛子和え スープ	御飯 ミネストローネ カリフラワーのドレッシング和え 果物（黄桃缶）
	エネルギー 1321kcal 蛋白質 46.5g 脂質 29g 食塩 6.7g	エネルギー 1487kcal 蛋白質 51.2g 脂質 52.5g 食塩 6.8g	エネルギー 1476kcal 蛋白質 62.2g 脂質 47.3g 食塩 7.3g	エネルギー 1325kcal 蛋白質 48g 脂質 34.5g 食塩 7.8g	エネルギー 1488kcal 蛋白質 60.4g 脂質 45.5g 食塩 7g	エネルギー 1300kcal 蛋白質 47.2g 脂質 31g 食塩 6.8g	エネルギー 1380kcal 蛋白質 50.1g 脂質 48.3g 食塩 5.4g
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	ヨーグルト 高菜粥 野菜ジュース	ヨーグルト（いちご） 玉子雑炊	フルーチェ ミニストロベリー コーンスープ	ヨーグルト（ブルーベリー） ねぎ雑炊	フルーチェ 食パン パンキンポタージュ	ヨーグルト（オレンジ） 野菜雑炊	フルーチェ 北海道ミルク ポタージュスープ
昼食	御飯 手作りコロッケ（2個付け） 添え 菜の花の辛子和え 味噌汁 りんごゼリー	炊き込みごはん 山菜そば 野菜天ぷら 天つゆ 果物（オレンジ）	御飯 鶏の照焼き 添え 小松菜とうす揚げの煮物 すまし汁 果物（キウイ）	御飯 あじの南蛮漬 南瓜サラダ 味噌汁 ぶどうゼリー 浅漬け	御飯 すき焼き煮 キャベツの塩昆布の和え物 味噌汁 果物（パイン缶） 浅漬け	*松花堂* 山菜炊き込み御飯 鱧天ぷら（抹茶塩） 大根とイカの煮物 胡麻豆腐 すまし汁	御飯 豆腐と豚肉のピリ辛炒め 里芋の煮物 味噌汁 果物（バナナ） 漬物

	浅漬け		浅漬け		抹茶プリン		
夕食	御飯 カレイのピカタ 添え もずく酢 すまし汁	御飯 麻婆豆腐 人参しりしり スープ	御飯 赤魚の煮付け 添え トマトサラダ 味噌汁	御飯 豚肉と白菜の煮物 アスパラのソテー すまし汁	御飯 ホキのバター醤油焼き 添え チンゲン菜の中華煮 すまし汁	御飯 鶏の治部煮 茄子の炒め物 味噌汁	菜めし御飯 かき玉にゆうめん トッピング 白菜のおかか和え ぶどうゼリー
	エネルギー 1304kcal 蛋白質 50.3g 脂質 23.6g 食塩 5.9g	エネルギー 1500kcal 蛋白質 48.3g 脂質 42g 食塩 9g	エネルギー 1376kcal 蛋白質 60.4g 脂質 43g 食塩 7.3g	エネルギー 1392kcal 蛋白質 50.2g 脂質 36g 食塩 5.6g	エネルギー 1523kcal 蛋白質 59.4g 脂質 57.3g 食塩 7.9g	エネルギー 1443kcal 蛋白質 52.4g 脂質 33.8g 食塩 7.3g	エネルギー 1413kcal 蛋白質 48g 脂質 33.8g 食塩 8.5g
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	ヨーグルト ねぎ雑炊 野菜ジュース	ヨーグルト (いちご) カニ雑炊	フルーチェ ミニショコラツイスト コンスープ	ヨーグルト (ブルーベリー) カニ雑炊	フルーチェ 食パン パンキンポタージュ	ヨーグルト (オレンジ) 玉子雑炊	フルーチェ 北海道ミルク ポタージュスープ
昼食	とうもろこしご飯【夏】 天ぷら盛り合わせ 天つゆ 酢味噌和え すまし汁 果物 (黄桃缶)	鶏と玉子の二色丼 トッピング ひじきとツナのさつと煮 (冷) 味噌汁 りんごゼリー 浅漬け	出汁茶漬け御飯 出汁 (汁椀) トッピング (漬物皿) 鱈の塩焼き 添え 春雨の酢の物 果物 (オレンジ)	御飯 豚肉の生姜焼き 特養: 添え デイ: 添え オクラの胡麻和え 味噌汁 果物 (MIX缶) 浅漬け	炒飯 とんこつラーメン 菜の花の辛子和え 果物 (キウイ)	御飯 ハンバーグ 添え 金時豆 味噌汁 ぶどうゼリー 浅漬け	御飯 カレイの揚げおろし煮 添え もやしと人参のナムル すまし汁 果物 (MIX缶) 浅漬け
夕食	御飯 肉団子と春雨の煮物 かたろのドレッシング和え 味噌汁	御飯 さごしの煮付け 添え 卵の花炒り煮 すまし汁	御飯 カニ玉 もやしのピリ辛マヨ和え スープ	御飯 ホッケの塩焼き 添え たたきごぼう すまし汁	御飯 鶏のめんとつゆ焼き 添え 人参しりしり 味噌汁	御飯 根菜と揚げの煮物 ウインナーのソテー すまし汁	御飯 お好み焼き 小松菜とうす揚げの煮物 味噌汁
	エネルギー 1364kcal 蛋白質 49.3g 脂質 25.3g 食塩 6.5g	エネルギー 1434kcal 蛋白質 60.1g 脂質 40.1g 食塩 7g	エネルギー 1457kcal 蛋白質 48.7g 脂質 57.4g 食塩 6.1g	エネルギー 1305kcal 蛋白質 49.4g 脂質 31.2g 食塩 6.6g	エネルギー 1699kcal 蛋白質 68.9g 脂質 67g 食塩 9g	エネルギー 1508kcal 蛋白質 50g 脂質 40.8g 食塩 6.9g	エネルギー 1389kcal 蛋白質 57.6g 脂質 46.3g 食塩 6.8g
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ヨーグルト ねぎ雑炊 野菜ジュース	ヨーグルト (いちご) きつね雑炊	フルーチェ ミニショコラツイスト コンスープ	ヨーグルト (ブルーベリー) カニ雑炊	フルーチェ 食パン パンキンポタージュ	ヨーグルト (オレンジ) きつね雑炊	フルーチェ 北海道ミルク ポタージュスープ
昼食	御飯 焼きそば 根菜の甘辛煮 味噌汁 果物 (みかん缶) 漬物	御飯 鮭の幽庵焼き 添え 揚げ茄子のおろし和え すまし汁 果物 (キウイ) 漬物	御飯 トンカツ 添え キャベツの塩昆布の和え物 味噌汁 果物 (MIX缶) 漬物	炊き込みごはん ツナと温玉のサラダうどん 千切り大根の煮物 果物 (バナナ)	御飯 鶏肉の梅しそ焼き 添え ひじき煮豆 味噌汁 ぶどうゼリー 浅漬け	御飯 カレイの甘酢あんかけ 卵の花炒り煮 すまし汁 果物 (パイン缶) 浅漬け	御飯 鶏肉のねぎソースかけ 添え 高野煮 味噌汁 果物 (キウイ) 浅漬け
夕食	御飯 ホキの味噌マヨネーズ焼き 添え 玉子豆腐 すまし汁	御飯 肉じゃが 菜の花のお浸し 味噌汁	御飯 赤魚の煮付け 添え 長芋の柚子胡椒和え すまし汁	御飯 麻婆豆腐 人参しりしり スープ	御飯 豆乳オムレツ 添え 南瓜煮 スープ	御飯 肉団子と春雨の煮物 ほうれん草としめじのお浸し 味噌汁	御飯 さごしの煮付け 添え もずく酢 すまし汁
	エネルギー 1466kcal 蛋白質 48.5g 脂質 40.1g 食塩 8.2g	エネルギー 1265kcal 蛋白質 47.7g 脂質 30.5g 食塩 6.8g	エネルギー 1473kcal 蛋白質 60.1g 脂質 42g 食塩 7.3g	エネルギー 1450kcal 蛋白質 51.3g 脂質 40.4g 食塩 7.1g	エネルギー 1564kcal 蛋白質 61.3g 脂質 54.1g 食塩 7.5g	エネルギー 1274kcal 蛋白質 46.8g 脂質 23.3g 食塩 6g	エネルギー 1400kcal 蛋白質 60.1g 脂質 48.5g 食塩 6.2g