

8月 特養献立表

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		梅粥 野沢菜漬	白粥 南瓜煮つけ (朝) 梅びしお	芋あんぱん ヨーグルト コーヒー牛乳	芋粥 がんと煮つけ(朝) 桜漬け	白粥 きゃべつの煮びたし(朝) しその実漬け	五目粥 べったら漬
昼食		赤飯 鯖の照り焼き 切干大根の酢の物 かき卵汁	ご飯 野菜炒め ポテトサラダ 冬瓜スープ	ご飯 柳川風煮 キャベツのかつお和え 味噌汁 (じゃがいも・たまねぎ)	ご飯 さけのオープン焼き いんげんとツナのサラダ 春雨スープ	ご飯 カレイの揚げ浸し 冷奴 味噌汁 (なす)	チキンライス ブロッコリーのサラダ 人参スープ
夕食		ご飯 鶏のピカタ サラダ (キャベツ・ゴマドレ) バナナ	ご飯 あじの塩焼き ほうれん草ピーナツ和え 黄桃缶	散らし寿司 玉子豆腐 すいか	ご飯 肉豆腐 小松菜わさび和え 洋梨缶	冷やしうどん 南瓜煮つけ 牛乳プリン	ご飯 さばの煮つけ じゃが芋の金平 桃
		エネルギー - 1091kcal 蛋白質 48.4g 脂質 19.9g 食塩 6.6g	エネルギー - 1085kcal 蛋白質 41.4g 脂質 25.8g 食塩 4.9g	エネルギー - 1208kcal 蛋白質 44.3g 脂質 20.5g 食塩 6.5g	エネルギー - 1189kcal 蛋白質 45g 脂質 33.9g 食塩 5.5g	エネルギー - 1122kcal 蛋白質 38.4g 脂質 33g 食塩 8.6g	エネルギー - 1250kcal 蛋白質 38.2g 脂質 32.6g 食塩 6.1g
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	味噌おじや 金時豆	玉子粥 ごま昆布	白粥 豆腐のなめこ煮 (朝) のり佃煮	黒糖ミルク ヨーグルト ココア	茶粥 さつま芋の甘煮 (朝) 梅干し	白粥 麩の卵とじ 刻きゅうり漬	梅粥 白菜漬
昼食	トースト スクランブルエッグ キャベツのスープ煮 コーヒー牛乳	ご飯 鶏の照焼 焼き茄子 味噌汁	カレーライス トマトサラダ デザートムース	ご飯 白身魚のムニエル スパゲティサラダ コンソメスープ	ご飯 あかうおの香り煮 高野豆腐の卵とじ 素麺汁	ご飯 チキン南蛮 菜の花辛子和え 味噌汁	チャーハン 焼き餃子 春雨スープ
夕食	ご飯 鮭の塩焼き 五目豆 甘夏缶	ご飯 鯖の南部焼き おから フルーツカクテル缶	ご飯 鯖の塩こうじ焼 セロリ酢物 オレンジ	ご飯 冷しゃぶ 里芋の煮物 パイナップル	ご飯 みそラーメン チンゲン菜ソテー	ご飯 あじの塩焼き きゃべつの煮浸し みかん缶	ご飯 カレイの煮つけ いんげんの和え物 デラウェア
	エネルギー - 1219kcal 蛋白質 48.9g 脂質 38.5g 食塩 5.6g	エネルギー - 1121kcal 蛋白質 52.3g 脂質 17.4g 食塩 6.9g	エネルギー - 1148kcal 蛋白質 45.7g 脂質 25.1g 食塩 6.3g	エネルギー - 1483kcal 蛋白質 52.8g 脂質 47.1g 食塩 4.2g	エネルギー - 988kcal 蛋白質 37g 脂質 18.6g 食塩 9.8g	エネルギー - 1373kcal 蛋白質 57.3g 脂質 45.6g 食塩 6.8g	エネルギー - 1018kcal 蛋白質 39.6g 脂質 14.2g 食塩 7.6g
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	五目粥 たくあん	味噌おじや 大青花豆	白粥 茄子の煮物 (朝) かつおでんぶ	こしあんぱん ヨーグルト コーヒー牛乳	白粥 里芋の煮物 (朝) 刻きゅうり漬	白粥 白菜煮浸し(朝) 梅びしお	玉子粥 きゃらぶき
昼食	ストロベリーツイスト ビーフシチュー きゅうりとかにカマのサラダ 紅茶	ご飯 ハンバーグ 大豆サラダ ミルクスープ	赤飯 旨煮 ほうれん草の浸し 吸物	ご飯 白身魚の野菜のせ チキンサラダ コンソメスープ	ご飯 赤魚の野菜あんかけ ひじき豆 味噌汁 (きゃべつ・玉ねぎ・わかめ)	ご飯 八宝菜 中華風冷奴 わかめスープ	ご飯 焼肉 拌三絲 たまごスープ
夕食	ご飯 鯖の味噌煮 ひじき炒め煮 パイン缶	ご飯 赤魚の煮つけ 酢物 黄桃缶	ご飯 さけのパン粉焼き ポテトサラダ バナナ	[A] かき揚げ丼 [共通料理] 冬瓜のかにあんかけ いちじく	ご飯 コロケ 大根サラダ オレンジ	ご飯 あじの塩焼き 茄子の生姜和え デザートムース	冷やしとろろそば 炊き合わせ すいか
	エネルギー - 1161kcal 蛋白質 46.5g 脂質 32.7g 食塩 6.9g	エネルギー - 1277kcal 蛋白質 49.7g 脂質 32.8g 食塩 5.4g	エネルギー - 1314kcal 蛋白質 50.3g 脂質 30.7g 食塩 6.4g	エネルギー - 1268kcal 蛋白質 41.8g 脂質 28.1g 食塩 5.4g	エネルギー - 1263kcal 蛋白質 40.9g 脂質 31.4g 食塩 6.6g	エネルギー - 971kcal 蛋白質 40g 脂質 14.4g 食塩 6.1g	エネルギー - 893kcal 蛋白質 34.7g 脂質 11.2g 食塩 6.9g

	21	22	23	24	25	26	27
朝食	梅粥 野沢菜漬	五目粥 べったら漬	白粥 大根煮つけ(朝) のり佃煮	パンプキンメロンパン ヨーグルト ココア	芋粥 がんも煮つけ(朝) 桜漬け	白粥 豆腐のなめこ煮(朝) しその実漬け	味噌おじや 金時豆
昼食	サンドイッチ キャベツのカレーソテー ミルクティー	ご飯 鯡の南蛮漬け 菜の花お浸し 吸物(はんぺん)	麻婆丼 きゅうりの中華あえ 中華風コーンスープ	炊き込みご飯 鯖の塩焼き 冷奴 味噌汁	ご飯 サーモンムニエル さつま芋サラダ 野菜スープ	カレーピラフ 大豆サラダ 南瓜スープ	ご飯 鶏の照焼 五目豆 味噌汁
夕食	ご飯 さばの煮つけ 白和え 洋梨缶	ご飯 豚肉と大葉のソテー 白菜煮浸し 甘夏缶	ご飯 鯖の南部焼き 焼きビーフン パイナップル	ご飯 ロールキャベツ(コンソメ) ブロッコリーのサラダ キウイ	ご飯 炒り鶏 ほうれん草のごま和え みかん缶	ご飯 カレイの塩焼き きんぴらごぼう すいか	ご飯 赤魚の煮つけ じゃがいものそぼろ煮 ぶどう
	エネルギー 1241kcal 蛋白質 41g 脂質 45.3g 食塩 6.1g	エネルギー 1240kcal 蛋白質 48.6g 脂質 34.8g 食塩 6.3g	エネルギー 1213kcal 蛋白質 46.9g 脂質 28.8g 食塩 5.8g	エネルギー 1402kcal 蛋白質 59.3g 脂質 42.5g 食塩 6.2g	エネルギー 1200kcal 蛋白質 42.8g 脂質 27.9g 食塩 5.5g	エネルギー 1174kcal 蛋白質 47.4g 脂質 29.1g 食塩 6.2g	エネルギー 1195kcal 蛋白質 55.7g 脂質 15.9g 食塩 6.1g
	28	29	30	31			
朝食	玉子粥 ごま昆布	梅粥 白菜漬	白粥 きゃべつ煮びたし(朝) かつおでんぶ	ジャムパン ヨーグルト コーヒー牛乳			
昼食	フレンチトースト さつま芋サラダ ミックスジュース〇	親子丼〇 チンゲン菜の胡麻和え 味噌汁(麩)	ご飯 さけのコーンマヨ焼 エビとセロリのサラダ ミルクスープ	ご飯 豚の生姜焼き キャベツのかつお和え 味噌汁(豆腐)			
夕食	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ ほうれん草くるみあえ フルーツカクテル缶	ご飯 白身魚の照り焼き きゅうりとかにカマの酢の物 パナナ	ご飯 鶏のごま酢煮 春雨サラダ パイン缶	たこ焼き ミニそうめん 巻き寿司			
	エネルギー 1225kcal 蛋白質 43.2g 脂質 36.3g 食塩 5.7g	エネルギー 1019kcal 蛋白質 46.1g 脂質 10.3g 食塩 6.9g	エネルギー 1286kcal 蛋白質 56.6g 脂質 36.6g 食塩 5g	エネルギー 1272kcal 蛋白質 48.4g 脂質 29.7g 食塩 8.6g			