

8月特養献立表

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
朝食					白粥 茄子の煮物（朝） 梅びしお	ロールパン キャベツのスープ煮（朝） ジャム	梅粥 野沢菜漬
昼食					赤飯 カレイの揚げ浸し 菜の花お浸し 吸物（はんぺん）	ご飯 鶏のピカタ マカロニサラダ 春雨スープ	木の葉丼 青梗菜の海苔和え 味噌汁（とうふ・なめこ）
夕食					ご飯 豆腐のそぼろあんかけ じゃが芋の金平 フルーツカクテル缶	ご飯 さわらの照り焼き 焼きビーフン すいか	ご飯 鮭の塩こうじ焼 茄子の煮物 白桃缶
					エネルギー 1169kcal 蛋白質 40.7g 脂質 29.3g 食塩 6.6g	エネルギー 1291kcal 蛋白質 55.4g 脂質 37.2g 食塩 4.8g	エネルギー 1019kcal 蛋白質 39.7g 脂質 18.3g 食塩 6.7g
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	五目粥 べったら漬	味噌おじや 金時豆	白粥 きゃべつ煮びたし（朝） しその実漬け	丹波黒豆ミルク ヨーグルト ココア	茶粥 麩の卵とじ 梅干し	食パン 卵サラダ ジャム	玉子粥 イワシのカツオ煮
昼食	フレンチトースト ジャーマンポテト ミックスジュース	ご飯 焼肉 拌三絲 わかめスープ	ご飯 白身魚の野菜のせ トマトサラダ ミルクスープ	カレーライス 大豆サラダ フルーツポンチ	ご飯 鮭の塩こうじ焼 キャベツの香り和え 味噌汁（さつまいも）	牛肉と牛蒡の炊き込みご飯 鱈の南部焼き 切干大根 けんちん汁	ご飯 鶏の照焼 南瓜煮つけ 味噌汁
夕食	ご飯 旨煮 ほうれん草のごま和え 洋梨缶	ご飯 鯖の塩焼き ひじき豆 デラウェア	ご飯 豚の塩麹炒め きんぴらごぼう カルピスゼリー	ご飯 カレイの二色天ぷら セロリ酢物 メロン	ご飯 柳川風煮 菜の花お浸し パイナップル	あんかけ焼きそば チンゲン菜ソテー 桃	ご飯 赤魚の野菜あんかけ 玉子豆腐 甘夏缶
	エネルギー 1090kcal 蛋白質 37.7g 脂質 23.1g 食塩 4.9g	エネルギー 1130kcal 蛋白質 47.8g 脂質 23g 食塩 5.2g	エネルギー 1098kcal 蛋白質 45.1g 脂質 25.1g 食塩 5.2g	エネルギー 1702kcal 蛋白質 58.7g 脂質 57g 食塩 4.7g	エネルギー 1106kcal 蛋白質 47.5g 脂質 20.4g 食塩 7g	エネルギー 1163kcal 蛋白質 48.4g 脂質 38.6g 食塩 6.5g	エネルギー 1230kcal 蛋白質 62.6g 脂質 21.8g 食塩 7.9g
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	梅粥 白菜漬	五目粥 たくあん	白粥 さつま芋の甘煮（朝） のり佃煮	いもあんぱん ヨーグルト コーヒー牛乳	芋粥 がんと煮つけ（朝） 桜漬け	黒糖ロールパン ポテトサラダ ジャム	味噌おじや 大青花豆
昼食	パーム クリームシチュー サラダ（キャベツ・和風ドレ） 紅茶	ご飯 ハンバーグ きゅうりサラダ グリーンピースのスープ	ご飯 赤魚の野菜あんかけ 高野豆腐の卵とじ むらこも汁	ご飯 鯖の味噌煮 ○ ほうれん草ピーナツ和え 味噌汁（麩）	散らし寿司 ほうれん草の浸し 赤だし	赤飯 はも天 冬瓜のかにあんかけ かき卵汁	チャーハン きゅうりの中華あえ 中華風コーンスープ
夕食	ご飯 あじの塩焼き 菜の花辛子和え 黄桃缶	ご飯 白身魚の照り焼き いんげんの和え物 オレンジ	お好み焼き かぼちゃサラダ パイ缶	ご飯 親子煮 キャベツのかつお和え すいか	ご飯 さわらの照り焼き 五目豆 みかん缶	素麺（冷） 炊き合わせ 抹茶ゼリー	ご飯 鯖の塩焼き 里芋の煮っころがし デザートムース
	エネルギー 1114kcal 蛋白質 40.9g 脂質 31.5g 食塩 5.6g	エネルギー 1161kcal 蛋白質 51g 脂質 23.6g 食塩 6.1g	エネルギー 1195kcal 蛋白質 44.9g 脂質 31g 食塩 6.5g	エネルギー 1264kcal 蛋白質 54.1g 脂質 24.5g 食塩 5.5g	エネルギー 1068kcal 蛋白質 46.5g 脂質 16.5g 食塩 7.8g	エネルギー 1187kcal 蛋白質 41.1g 脂質 35.5g 食塩 9.9g	エネルギー 1125kcal 蛋白質 43.6g 脂質 22.8g 食塩 6.5g

	18	19	20	21	22	23	24
朝食	玉子粥 ごま昆布	梅粥 野沢菜漬	白粥 里芋の煮物（朝） 刻きゆり漬	バター香るあんパン ヨーグルト ココア	白粥 豆腐のなめこ煮（朝） かつおでんぶ	黒糖食パン ミルクスープ ジャム	五目粥 イワシの梅干煮
昼食	トースト スクランブルエッグ じゃがいものスープ煮 コーヒー牛乳	ハヤシライス スパゲティサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 さけのオープン焼き チキンサラダ コンソメスープ	ご飯 八宝菜 中華風冷奴 たまごスープ	ご飯 さばの煮つけ 切干大根 吸物	ご飯 鱈の南蛮漬け 小松菜わさび和え 素麺汁	ご飯 白身魚のムニエル いんげんとツナのサラダ コーンスープ
夕食	ご飯 旨煮 ほうれん草のごま和え フルーツカクテル缶	ご飯 赤魚の煮つけ きゃべつの煮浸し キウイ	ご飯 豚肉と茄子の味噌炒め 春雨サラダ 白桃缶	[A] 焼きそば [B] 冷麺 [共通料理] さつま芋サラダ ぶどう	ご飯 鶏のごま酢煮 ひじき豆 洋梨缶	ご飯 冷しゃぶ おから パイナップル	ご飯 炒り鶏 チンゲン菜のなめ茸和え デザートムース
	エネルギー 1173kcal 蛋白質 42.4g 脂質 29.8g 食塩 6.4g	エネルギー 1145kcal 蛋白質 39.5g 脂質 20.7g 食塩 6.2g	エネルギー 1226kcal 蛋白質 46g 脂質 34.9g 食塩 6.4g	[A] エネルギー 1159kcal 蛋白質 39.6g 脂質 30.4g 食塩 5g [B] エネルギー 1121kcal 蛋白質 38.9g 脂質 25.2g 食塩 5g	エネルギー 1243kcal 蛋白質 50.4g 脂質 34.4g 食塩 6.3g	エネルギー 1320kcal 蛋白質 50.5g 脂質 36.4g 食塩 5.9g	エネルギー 1359kcal 蛋白質 57.4g 脂質 38.1g 食塩 8.9g
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	味噌おじや 金時豆	玉子粥 きゃらぶき	白粥 大根煮つけ（朝） しその実漬け	クリームパン ヨーグルト コーヒー牛乳	茶粥 麩の卵とじ 梅干し	ロールパン スクランブルエッグ ジャム	梅粥 白菜漬
昼食	蒸しパン・ショコラロール 鶏肉のトマト煮 キャベツソテー ミルクティー	ご飯 さけのパン粉焼き トマトサラダ 野菜スープ	ご飯 肉じゃが キャベツのかつお和え 味噌汁（麩）	ご飯 鯖の塩焼き 白和え 味噌汁（なす）	チキンライス かぼちゃサラダ 人参スープ	ご飯 白身魚の照り焼き 焼き茄子 沢煮椀	ご飯 麻婆豆腐 えびシューマイ わかめスープ
夕食	ご飯 あじの塩焼き 五目豆 甘夏缶	ご飯 すき焼き 春菊辛子和え オレンジ	ご飯 鯖のみそマヨ焼き・ 胡瓜とちくわのゴマ酢みそ和 黄桃缶	たこ焼き おにぎり コロケ すいか アイスクリーム	ざるそば じゃが芋煮 コーヒーゼリー	ご飯 豚肉と大葉のソテー スパゲティサラダ いちじく	ご飯 鯖の味噌煮 きんぴらごぼう パイ缶
	エネルギー 1251kcal 蛋白質 49.6g 脂質 32.8g 食塩 5.6g	エネルギー 1210kcal 蛋白質 49.8g 脂質 31.4g 食塩 6.1g	エネルギー 1087kcal 蛋白質 43.9g 脂質 20.2g 食塩 6.5g	エネルギー 1924kcal 蛋白質 56.8g 脂質 75.7g 食塩 6.5g	エネルギー 1002kcal 蛋白質 28.7g 脂質 21g 食塩 7.6g	エネルギー 1132kcal 蛋白質 56.4g 脂質 25.6g 食塩 5.7g	エネルギー 1252kcal 蛋白質 49g 脂質 35.8g 食塩 6.6g