

9月 特養献立表

寝屋川十字の園

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付				1日	2日	3日	4日
朝食				丹波黒のお豆みるく ヨーグルト ココア	芋粥 がんと煮つけ(朝) 桜漬け	黒糖食パン スクランブルエッグ ジャム	梅粥 だし巻き玉子
昼食				赤飯 肉じゃが ほうれん草のおかかあえ 味噌汁(とうふ・なめこ)	ごはん 鯖の味噌煮 ○ 切干大根 吸物(てまりふ)	チキンライス ブロッコリーのかにかまサラダ ミルクスープ	ごはん あじのごま酢煮 白菜ごま和え かき卵汁
夕食				かき揚げ丼 炊き合わせ ぶどう	ごはん 豚肉のバター醤油炒め 菜の花お浸し デザートムース	ごはん 鯖のマヨネーズ焼き 春雨サラダ バナナ	あんかけ焼きそば チンゲン菜ソテー コーヒージェリー
カロリー				1381 kcal	1175 kcal	1250 kcal	1077 kcal
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
朝食	玉子粥 大根煮つけ(朝)	味噌おじや 大青花豆	白粥 南瓜煮つけ(朝) しその実漬け	クリームパン ヨーグルト コーヒースト	白粥 麩の卵とじ かつおでんぶ	ロールパン たまごサラダ ジャム	五目粥 白菜煮浸し(朝)
昼食	フレンチトースト ○ ポテトサラダ ミックスジュース○	ごはん あじの塩焼き きゃべつの煮浸し 豚汁	ごはん 鶏の照焼 高野豆腐の卵とじ のっぺい汁	ごはん カレイの野菜のせ トマトサラダ 人参スープ	カレーライス ブロッコリーのサラダ 杏仁豆腐	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 白和え 吸物(はんぺん)	ごはん 豚の生姜焼き マカロニサラダ 味噌汁(たまご)
夕食	ごはん 旨煮 ほうれん草くるみあえ みかん缶	ごはん 豚肉と茄子の味噌炒め さつま芋サラダ キウイ	ごはん サーモンムニエル 大豆サラダ 黄桃缶	ごはん ミンチカツ いんげんとツナのサラダ 梨	ごはん ほっけの照焼 焼きビーフン パイナップル	ごはん 冷しゃぶ ほうれん草ソテー フルーツカクテル缶	素麺(冷) 南瓜煮つけ 抹茶ムース
カロリー	1166 kcal	1214 kcal	1303 kcal	1424 kcal	1256 kcal	1117 kcal	1233 kcal
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
朝食	梅粥 だし巻き玉子	玉子粥 イワシかつお煮	ごはん 豆腐のなめこ煮(朝) のり佃煮	マロンファンシー ヨーグルト ココア	茶粥 さつま芋の甘煮(朝) 梅干し	黒糖ロールパン ミルクスープ ジャム	味噌おじや 金時豆
昼食	ストロベリーツイスト クリームシチュー サラダ(キャベツ・ゴマドレ) 紅茶	ごはん 焼肉 拌三絲 たまごスープ	ごはん さけのオープン焼き チキンサラダ コンソメスープ	ごはん ハンバーグ かぼちゃサラダ コーンスープ	赤飯 カレイの塩焼き ほうれん草のごま和え ○ 味噌汁(麩)	ごはん 野菜炒め ごぼうサラダ 味噌汁(かぼちゃ)	チャーハン 焼き餃子 春雨スープ
夕食	ごはん 鯖の塩焼き ひじき豆 甘夏缶	ごはん 鯖の照り焼き 里芋の煮ころがし パイン缶	冷麺 チンゲン菜ソテー 牛乳プリン	カツ丼 きゅうりとかにカマの酢の物 ぶどう	ごはん 豚の塩麩炒め きゃべつの煮浸し デザートムース	ごはん 赤魚の煮つけ 焼き茄子 洋梨缶	生姜と帆立の炊き込みご飯 天ぷら 炊き合わせ メロン
カロリー	1129 kcal	1132 kcal	1252 kcal	1810 kcal	1018 kcal	1137 kcal	1237 kcal

9月 特養献立表

寝屋川十字の園

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
朝食	五目粥 茄子の煮物(朝)	梅粥 だし巻き玉子	白粥 麩の卵とじ 梅びしお	こしあんパン 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	ロールパン ポテトサラダ ジャム	玉子粥 イワシの梅煮
昼食	トースト スクランブルエッグ ジャーマンポテト ミルクティー	散らし寿司 里芋の柚子みそかけ 赤だし(豆腐)	さつまいもご飯 カレイの二色天ぷら 白菜のかつお和え かき卵汁	牛肉と牛蒡の炊き込みご飯 鮭の塩こうじ焼 白和え 味噌汁(なす)	ちりめん山椒ご飯 ほっけの照焼 いんげんの和え物 吸物(花ふ)	栗ご飯 鶏のみぞれ煮 南瓜煮つけ 味噌汁(とうふ・なめこ)	木の葉丼 ほうれん草の浸し 素麺汁
夕食	ごはん 肉豆腐 菜の花お浸し 黄桃缶	ごはん すき焼き煮 じゃが芋の金平 フルーツカクテル缶	お好み焼き マカロニサラダ オレンジ	ごはん 筑前煮 春菊辛子和え キウイ	みそラーメン チンゲン菜ソテー カルピスゼリー	ごはん 鯖の香り煮 おから 甘夏缶	ごはん 炒り鶏 きんぴらごぼう パイン缶
カロリー	1114 kcal	1138 kcal	1325 kcal	1289 kcal	951 kcal	1343 kcal	1150 kcal
日付	26日	27日	28日	29日	30日		
朝食	味噌おじや 大青花豆	五目粥 チンゲン菜の煮浸し(朝)	白粥 大根煮つけ(朝) 刻きゅうり漬	豆乳クリームパン ヨーグルト ココア	芋粥 がんと煮つけ(朝) 桜漬		
昼食	カスタードリング ビーフシチュー キャベツソテー コーヒー牛乳	ごはん 鱈の南蛮漬 白菜和え物 むらくも汁	ごはん 白身魚のカレームニエル さつま芋サラダ グリーンピースのスープ	ごはん 鶏のピカタ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	ごはん ハンバーグ スパゲティサラダ ミルクスープ		
夕食	ごはん 鯖の塩焼き 五目豆 白桃缶	ごはん グラタン(マカロニ) ほうれん草ソテー バナナ	ごはん 豚肉と大葉のソテー 胡瓜とちくわのゴマみそ酢 洋梨缶	ごはん ほっけの照焼 長いも短冊 みかん缶	ごはん 赤魚の煮つけ 切干大根 パイナップル		
カロリー	1292 kcal	1438 kcal	1238 kcal	1295 kcal	1246 kcal		