

10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
朝食							味噌おじや 大青花豆
昼食							赤飯 あじの塩焼き きんぴらごぼう かき卵汁
夕食							ごはん 牛肉と大根の旨煮 チンゲン菜のなめ茸和え キウイ
カロリー							1099 kcal
日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝食	五目粥 豆腐のなめこ煮(朝)	白粥 茄子の煮物(朝) しその実漬け	梅粥 だし巻き玉子	栗あんぱん ヨーグルト コーヒー牛乳	白粥 きゃべつの煮びたし(朝) のり佃煮	黒糖ロールパン スクランブルエッグ ジャム	玉子粥 イワシかつお煮
昼食	カスタードリング ビーフシチュー サラダ(キャベツ・ゴマドレ) ミルクティー	さつまいもご飯 鯖の味噌煮 春菊辛子和え 粕汁	ごはん 野菜炒め ポテトサラダ 味噌汁(麩)	チャーハン 焼き餃子 たまごスープ	ごはん 鶏のピカタ さつま芋サラダ コンソメスープ	ごはん 柳川風煮 小松菜浸し のっぺい汁	ごはん さけのオープン焼き ブロッコリーのサラダ コーンスープ
夕食	ごはん 旨煮 ほうれん草くるみあえ パイン缶	ごはん ミンチカツ キャベツソテー りんご	ごはん 赤魚の煮つけ 高野豆腐の卵とじ 黄桃缶	ごはん 筑前煮 菜の花お浸し デザートムース	ごはん 鯖のみそマヨ焼き 五目豆 甘夏缶	ごはん カレーの塩焼き じゃが芋の金平 白桃缶	焼きそば チンゲン菜ソテー みかん缶
カロリー	1201 kcal	1390 kcal	1157 kcal	1240 kcal	1321 kcal	1102 kcal	1224 kcal
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
朝食	味噌おじや 金時豆	白粥 麩の卵とじ 刻きゅうり漬	五目粥 里芋の煮物(朝)	丹波黒のお豆みるく ヨーグルト ココア	茶粥 さつま芋の甘煮(朝) 梅干し	ロールパン たまごサラダ ジャム	梅粥 だし巻き玉子
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	ごはん カレーの野菜のせ チキンサラダ ミルクスープ	ごはん 豚の塩麴炒め きゃべつの煮浸し 味噌汁(かぼちゃ)	きのこご飯 ほっけの塩焼き 白和え 吸物(花ふ)	オムライス スパゲティサラダ コーンスープ	ごはん 鰯の南蛮漬け いんげんの和え物 うすくず汁	ごはん 鶏の照焼 おから 味噌汁(素麺)
夕食	ごはん 鯖の塩焼き ひじき炒め煮 フルーツカクテル缶	ごはん すき焼き煮 春菊辛子和え パイナップル	ごはん 鯖の照り焼き ほうれん草のごま和え オレンジ	カレーうどん 南瓜煮つけ 牛乳プリン	ごはん おでん 菜の花お浸し バナナ	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ 焼きビーフン 洋梨缶	ごはん サーモンムニエル さつま芋サラダ パイン缶
カロリー	1251 kcal	1109 kcal	1076 kcal	1446 kcal	1364 kcal	1385 kcal	1314 kcal

10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	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
朝食	玉子粥 大根煮つけ(朝)	白粥 麩の卵とじ 梅びしお	味噌おじや 大青花豆	クリームパン 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	五目粥 イワシの梅煮
昼食	パーム クリームシチュー キャベツのカレーソテー 紅茶	ごはん ハンバーグ 大豆サラダ 春雨スープ	ごはん サンマの塩焼き 白菜のかつお和え 豚汁	ごはん あじのごま酢煮 かぼちゃのいとこ煮 沢煮椀	ごはん 八宝菜 えびシュウマイ 中華風コーンスープ	ハヤシライス ブロッコリーのかにかまサラダ フルーツヨーグルト	ごはん さけのクリームソースかけ いんげんとツナのサラダ 野菜スープ
夕食	ごはん 親子煮 ほうれん草ピーナツ和え 黄桃缶	ごはん A.かつおのたたき B.エビフライ 胡瓜とちくわのゴマみそ酢 メロン	ごはん グラタン(マカロニ) キャベツのスープ煮 キウイ	ごはん 豚肉と大葉のソテー 切干大根 甘夏缶	ごはん 赤魚の煮つけ 大根そぼろ煮 デザートムース	ごはん 鱈のマヨネーズ焼き きゃべつ煮浸し 白桃缶	あんかけ焼きそば チンゲン菜ソテー チョコレートムース
カロリー	1203 kcal	1216 kcal	1187 kcal	1315 kcal	1156 kcal	1348 kcal	1267 kcal
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
朝食	梅粥 だし巻き玉子	白粥 チンゲン菜の煮浸し(朝) かつおでんぶ	玉子粥 茄子の煮物(朝)	抹茶あずき ヨーグルト ココア	白粥 南瓜煮つけ(朝) ごま昆布	ロールパン ミルクスープ ジャム	味噌おじや 金時豆
昼食	サンドイッチ ジャーマンポテト ミルクティー	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 五目豆 吸物(はんぺん)	ごはん 豚の生姜焼き ごぼうサラダ 味噌汁(たまご)	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ わかめスープ	ごはん カレイの揚げ浸し 白菜煮浸し のっぺい汁	えびピラフ チキンサラダ 人参スープ	おにぎり 鶏の唐揚げ だし巻き卵 ブロッコリーのかにかまサラダ
夕食	ごはん あじの塩焼き 菜の花お浸し フルーツカクテル缶	お好み焼き さつま芋サラダ オレンジ	ごはん さばの煮つけ ふろふき大根 洋梨缶	ごはん ほっけの照焼 里芋の煮っころがし みかん缶	ナポリタン ポテトサラダ チョコレートムース	ごはん 炒り鶏 キャベツのかつお和え パイナップル	ごはん 鯛の蒲焼 ほうれん草の浸し りんご
カロリー	1070 kcal	1122 kcal	1226 kcal	1281 kcal	1317 kcal	1093 kcal	1301 kcal
日付	30日	31日					
朝食	五目粥 イワシかつお煮	白粥 白菜煮浸し(朝) しその実漬け					
昼食	抹茶リング 鶏肉のトマト煮 コールスローサラダ ミルクティー	ごはん 鶏のみぞれ煮 ひじき豆 味噌汁(キャベツ・しめじ)					
夕食	ごはん 鮭の塩こうじ焼 切干大根 黄桃缶	ごはん 白身魚のカレームニエル かぼちゃサラダ パイン缶					
カロリー	1154 kcal	1173 kcal					