

せせらぎ << 特養・ショート >> 令和6年 8月 献立表

		8月1日(木)		8月2日(金)		8月3日(土)									
朝食		ご飯 みそ汁 チンゲンと油揚げの煮浸し 納豆 牛乳		ご飯 みそ汁 たら煮付 オクラのわさび和え 牛乳		ご飯 食べるスープ白菜とつくねの中華スープ カリフラワーとふきの酢みそ和え 牛乳									
昼食		赤飯 みそ汁 太刀魚の梅香焼き なすの柚子味噌田楽 ほうれん草の山吹和え		ご飯 みそ汁 豆腐と野菜の中華炒め もやしの甘酢和え 漬物		ご飯 みそ汁 親子煮 みかんのオロン酢 漬物									
おやつ		アップルゼリー		厚切りパウム		黒糖ケーキ									
夕食		ご飯 みそ汁 エビフライ 卵の花 キャベツのピーナッツ和え		雑穀米のチキンカレー チョップサラダ 福神漬け		ご飯 清汁 ホキのごま味噌焼き 炒り豆腐 大根とじゃこのサラダ									
成分		エネルギー 1,610 kcal 蛋白質 63.0 g 脂質 57.4 g 塩分 6.4 g		エネルギー 1,411 kcal 蛋白質 63.0 g 脂質 38.1 g 塩分 6.7 g		エネルギー 1,381 kcal 蛋白質 63.2 g 脂質 28.1 g 塩分 6.3 g									
		8月4日(日)		8月5日(月)		8月6日(火)		8月7日(水)		8月8日(木)		8月9日(金)		8月10日(土)	
朝食	ご飯 みそ汁 鶏レバーの煮物 五色なます 牛乳	ご飯 みそ汁 コンビネーションオムレツ れんこんとオクラの梅おかか和え	ご飯 豚汁 京風春菊と湯葉の煮浸し	食パン クラムチャウダー グリーンサラダ バナナ ヤクルト	ご飯 みそ汁 根菜のトマト煮 切干大根の和え物 牛乳	ご飯 みそ汁 厚焼卵 キャベツの彩り酢物 牛乳	ご飯 みそ汁 食べる豆乳生味噌スープ 青菜と昆布のお浸し 牛乳								
昼食	緑茶とろろ蕎麦 高野豆腐と海老の玉子とじ 桃ゼリー	ご飯 清汁 さばの味噌煮 モロヘイヤのお浸し 漬物	ご飯 スープ 煮込みハンバーグ 白菜のゆず和え 漬物	《納涼祭メニュー》 お好み焼き 鶏野菜焼きとつくね 青豆バターコーン	ご飯 みそ汁 豚肉とオクラの梅炒め 長芋となめこ和え 漬物	ご飯 みそ汁 赤魚のゆず胡椒風味焼き さつまサラダ 漬物	ご飯 スープ 麻婆豆腐 ブロッコリー中華和え 漬物								
おやつ	カステラ	やわらかおかき コンボタ	どら焼き	ミルクロールケーキ	ピーチムース	ハッピーバナナ	紅茶ケーキ								
夕食	ご飯 みそ汁 鰯の香味野菜ポン酢ソース ブロッコリー和風あんかけ 菜の花ともやしナムル	ご飯 みそ汁 鶏の照焼き 冬瓜のカニかまあんかけ ほうれん草のしらす和え	ご飯 みそ汁 あじの塩焼き カリフラワーマトサラダ デザート	ご飯 みそ汁 鮭の幽庵焼き こんにやくの味噌田楽 ほうれん草とひきのお浸し	ご飯 みそ汁 キーマカレー チョップサラダ 福神漬け	ご飯 みそ汁 鶏のネギソース なすの揚げ浸し もやしとにらぼん酢	ご飯 みそ汁 鰯のムニエル かぶ含煮 きのこのサラダ								
成分	エネルギー 1,375 kcal 蛋白質 63.0 g 脂質 24.8 g 塩分 7.4 g	エネルギー 1,422 kcal 蛋白質 58.4 g 脂質 40.1 g 塩分 6.7 g	エネルギー 1,512 kcal 蛋白質 66.0 g 脂質 43.5 g 塩分 5.6 g	エネルギー 1,412 kcal 蛋白質 62.2 g 脂質 43.7 g 塩分 7.3 g	エネルギー 1,443 kcal 蛋白質 49.2 g 脂質 41.5 g 塩分 6.9 g	エネルギー 1,387 kcal 蛋白質 58.5 g 脂質 34.6 g 塩分 5.8 g	エネルギー 1,343 kcal 蛋白質 63.5 g 脂質 32.2 g 塩分 5.5 g								
		8月11日(日)		8月12日(月)		8月13日(火)		8月14日(水)		8月15日(木)		8月16日(金)		8月17日(土)	
朝食	麦ご飯 みそ汁 肉団子と茄子の甘辛煮 ブロッコリーのお浸し 牛乳	ご飯 みそ汁 ベーコン入りスクランブル 冷奴 牛乳	ご飯 みそ汁 鯖の塩焼き カリフラワーとほうれん草のお浸し 牛乳	食パン ポタージュ ほうれん草グラタン グリーンサラダ バナナ・ジョア	ご飯 みそ汁 オクラなめ茸和え 納豆 牛乳	ご飯 みそ汁 寄せ湯葉げんちゃん いんげんのごま和え 牛乳	ご飯 みそ汁 食べるスープ根菜の和風コンソメ 五色なます 牛乳								
昼食	メバルのちゃんちゃん焼き ツナとカリフラワーサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 鶏肉の南部焼き 春菊のゆず醤油和え 漬物	ご飯 みそ汁 韓国風スープ 温泉卵	ご飯 みそ汁 ホキの山椒焼き 豆腐のサラダ	ご飯 みそ汁 冷やし中華 焼売 ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 赤だし汁 カレーのバター醤油風味焼き マカロニサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 雑穀米 みそ汁 とんかつ 切干大根とひきお浸しのぼん酢サラダ 漬物								
おやつ	《山の日》富士山ゼリー 《山の日》 ご飯・赤だし汁 いわしの梅煮 五目巾着煮 山菜のおろし和え	やわらかおかき えび味 ご飯 スープ 白身フライ 切干大根の煮物 モロヘイヤのお浸し	スイスパウム	芋ようかん	いちごプチシュークリーム	ミルクプリン	グレープゼリー								
夕食	ご飯 みそ汁 ご飯・赤だし汁 いわしの梅煮 五目巾着煮 山菜のおろし和え	ご飯 みそ汁 白身フライ 切干大根の煮物 モロヘイヤのお浸し	ご飯 みそ汁 豚肉のおろしたれ 豆腐揚げのソース 白菜の生姜醤油和え	ご飯 みそ汁 鶏の治部煮 白菜とさつま揚げ炒め煮 デザート	ご飯 みそ汁 ゴーヤチャンプルー ひじきの炒り煮 パンパンサラダ	ご飯 みそ汁 回鍋肉 卵の花 夏野菜の冷製煮浸し	ご飯 みそ汁 鰯のピリ辛味噌マヨ焼き 肉じゃが 春菊と干しエビお浸し								
成分	エネルギー 1,431 kcal 蛋白質 62.7 g 脂質 31.6 g 塩分 6.3 g	エネルギー 1,575 kcal 蛋白質 61.5 g 脂質 58.7 g 塩分 5.6 g	エネルギー 1,502 kcal 蛋白質 62.0 g 脂質 46.5 g 塩分 5.6 g	エネルギー 1,402 kcal 蛋白質 58.9 g 脂質 31.4 g 塩分 5.8 g	エネルギー 1,642 kcal 蛋白質 68.5 g 脂質 55.8 g 塩分 8.1 g	エネルギー 1,607 kcal 蛋白質 60.7 g 脂質 58.4 g 塩分 6.3 g	エネルギー 1,455 kcal 蛋白質 58.3 g 脂質 36.7 g 塩分 5.4 g								
		8月18日(日)		8月19日(月)		8月20日(火)		8月21日(水)		8月22日(木)		8月23日(金)		8月24日(土)	
朝食	ご飯 みそ汁 プレーンオムレツ カリフラワーとふきの酢みそ和え 牛乳	ご飯 みそ汁 千草卵焼 小松菜のアーモンド和え 牛乳	ご飯 豚汁 菜の花の京風白和え 納豆 牛乳	食パン ミネストローネ グリーンサラダ バナナ ヤクルト	ご飯 みそ汁 さんまみぞれ煮 きゅうりとわかめの酢の物 牛乳	ご飯 みそ汁 ツナと野菜の炒めもの オクラの磯和え 牛乳	ご飯 みそ汁 食べるタカマリ風スープ 白菜と菊菜の胡麻和え 牛乳								
昼食	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 菜の花の辛し和え 漬物	ご飯 みそ汁 ささみチーズフライ かぶサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 赤魚の煮付け ワカメとちくわのぬた 漬物	ご飯 みそ汁 夏野菜カレー コールスローサラダ 福神漬け	ご飯 みそ汁 鶏肉のハニーマスタード焼き 春菊とえのきわさび和え 漬物	ご飯 みそ汁 カレーのミニエニタルタル パブリカときのこのマリネ 漬物	ご飯 みそ汁 上海焼きそば じゃが芋そぼろ煮 マカロニサラダ								
おやつ	ヨーグルトケーキ	やわらかおかき きな粉	栗まんじゅう	チョコパウム	ぶどうムース	抹茶プチシュークリーム	オレンジケーキ								
夕食	ご飯 スープ ホキの香草焼き ナポリタン ビーンズサラダ	ご飯 みそ汁 三色丼 みそ汁 竹輪と野菜の煮物	ご飯 みそ汁 肉団子の甘辛煮 冬瓜と厚揚げの煮物 白菜の柚子浸し	ご飯 みそ汁 なすの中華風そぼろあん 春菊と干しエビお浸し	ご飯 みそ汁 赤だし汁 豚血 温泉卵 大根サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ キャベツとれんこんのごま酢和え デザート	ご飯 みそ汁 鰯肉の塩麹焼き ベーコンとほうれん草ソテー コールスローサラダ								
成分	エネルギー 1,460 kcal 蛋白質 58.1 g 脂質 42.6 g 塩分 5.2 g	エネルギー 1,446 kcal 蛋白質 54.7 g 脂質 40.7 g 塩分 7.1 g	エネルギー 1,509 kcal 蛋白質 68.2 g 脂質 38.2 g 塩分 6.0 g	エネルギー 1,710 kcal 蛋白質 50.8 g 脂質 65.3 g 塩分 7.8 g	エネルギー 1,541 kcal 蛋白質 64.4 g 脂質 52.2 g 塩分 5.7 g	エネルギー 1,452 kcal 蛋白質 56.9 g 脂質 37.6 g 塩分 6.0 g	エネルギー 1,508 kcal 蛋白質 59.8 g 脂質 47.0 g 塩分 7.7 g								
		8月25日(日)		8月26日(月)		8月27日(火)		8月28日(水)		8月29日(木)		8月30日(金)		8月31日(土)	
朝食	ご飯 みそ汁 ポトフ 小松菜と油揚げの煮浸し 牛乳	麦ご飯 みそ汁 筑前煮 温泉卵 牛乳	ご飯 みそ汁 油揚げの肉詰め煮 冷奴 牛乳	食パン ポタージュ エビグラタン グリーンサラダ バナナ・ジョア	ご飯 みそ汁 青菜と昆布のお浸し 納豆 牛乳	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ ほうれん草のお浸し 牛乳	ご飯 みそ汁 食べるきのこ野菜のトマトスープ 五色なます 牛乳								
昼食	トマトハヤシライス スープ カリフラワーサラダ	ご飯 みそ汁 餃子 キャベツ塩昆布和え 漬物	《食育メニュー(コーン)》 ご飯・清汁 鮭の田楽味噌焼きコーンのせ サツマイモサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 白身魚のチリソース ニンジンパ 漬物	ご飯 みそ汁 鶏肉と野菜甘酢あん 白菜の梅和え 漬物	ご飯 みそ汁 わかめご飯 みそ汁 かぶサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 鶏肉の照焼き ひじきサラダ 漬物								
おやつ	やわらかおかきうす味	黒糖ケーキ	オレンジゼリー	抹茶ロールケーキ	こしあんまんじゅう	プリン	チョコパウム								
夕食	雑穀米 赤だし汁 煮魚 茶碗蒸し きのこのおろし和え	ご飯 みそ汁 ハンバーグ ラタトゥイユ 青菜とささみごまドレ和え	ご飯 みそ汁 鯖の塩焼き かぼちゃのカレーチーズ焼 めかぶとろろの梅和え	ご飯 みそ汁 糸こんにやくの明太子炒め もやしのナムル	ご飯 みそ汁 鱈の菜種蒸し しらすおろし デザート	ご飯 みそ汁 黒豚焼売 里芋のおかか和え コールスローサラダ	ご飯 みそ汁 メンチカツ はすのきんぴら セロリとかぶのサラダ								
成分	エネルギー 1,615 kcal 蛋白質 53.7 g 脂質 55.8 g 塩分 7.0 g	エネルギー 1,436 kcal 蛋白質 54.8 g 脂質 32.7 g 塩分 6.5 g	エネルギー 1,551 kcal 蛋白質 60.6 g 脂質 45.7 g 塩分 5.3 g	エネルギー 1,595 kcal 蛋白質 54.4 g 脂質 52.1 g 塩分 6.8 g	エネルギー 1,542 kcal 蛋白質 65.2 g 脂質 41.0 g 塩分 6.2 g	エネルギー 1,411 kcal 蛋白質 65.9 g 脂質 33.1 g 塩分 7.9 g	エネルギー 1,510 kcal 蛋白質 53.3 g 脂質 47.2 g 塩分 5.2 g								

※ 仕入れ状況等の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

