







予定献立一覧表



弦巻の家

令和6年8月1日 ~ 令和6年8月7日


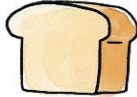


	8月1日(木)		8月2日(金)		8月3日(土)		8月4日(日)		8月5日(月)		8月6日(火)		8月7日(水)										
朝	御飯 炒り豆腐(ミックスベジタブル) キュウリの酢の物 味噌汁(さつま芋・しいたけ) ショア		食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ブロッコリーとベーコンの炒め物 じゃが芋のサラダ コンソメスープ 牛乳		御飯 里芋のそぼろ煮 小松菜の和え物 味噌汁(はんぺん・揚げナス) 牛乳		御飯 大根と人参の煮付け オクラのシラス和え 味噌汁(油揚げ・白菜) 牛乳		食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズ入りスクランブル カリフラワーとコーンのサラダ コンソメスープ 牛乳		御飯 ガンモと野菜の煮物 青梗菜のなめ苺和え 味噌汁(お麩、玉ねぎ) 牛乳		御飯 厚焼卵 ピーナッツ和え(カリフラワー) 味噌汁(じゃがいも・キヌサヤ) 牛乳										
																							
昼	《オープン1周年記念》 鮭の混ぜ寿司 シューマイ・2種 付 銀あん オクラの生姜和え 味噌汁 抹茶パハロア		御飯 蒸し鶏の梅肉ソース ごぼうの炒り煮 菜の花の胡麻和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) フルーツ・フルーツカクテル缶		御飯 海老団子と野菜の炒め煮 なめこ豆腐 かぶのレモン和え 味噌汁(じゃが芋・しいたけ) リンゴ・ヨーグルト		御飯 鶏肉の竜田揚 さつま芋の甘煮 モヤシの胡麻和え すまし汁(白玉麩) フルーツ・黄桃缶		御飯 魚(メルルサ)の沢煮 なすのケチャップ炒め ポテトサラダ すまし汁(トロ昆布・青ネギ) フルーツ・白桃缶		御飯 アサリの卵とじ 薩摩揚げとセロリの炒め物 豆サラダ 味噌汁(油揚げ・ネギ) フルーツ・ハイン缶		御飯 豚肉と生揚げの甘辛煮 大根の千切り炒め 南瓜のサラダ 味噌汁(なめこ・菜の花) フルーツ・黄桃缶										
																							
夕	御飯 豚肉のヒリ辛炒め カニ風味あんかけ モヤシの中華和え 中華スープ		御飯 魚(シルバー)の南蛮漬 茄子の香味炒め 白菜のサラダ すまし汁(そうめん・水菜)		御飯 回鍋肉 カリフラワーの中華煮 青梗菜と蒸し鶏の和え物 中華スープ		御飯 魚の香味焼(サバ) ピーン炒め インゲンの生姜和え すまし汁(わかめ・麩)		御飯 ゴーヤと豆腐の炒め物 冬瓜の煮物 小松菜の柚子浸し 味噌汁(かぼちゃ・畑菜)		御飯 蒸し餃子の中華だれ 野菜の塩麩炒め キャベツの和え物 中華スープ		御飯 魚(あじ)のバター醤油風味 焼き マカロニのトマト煮 ホウレン草のおかか和え 豆乳スープ										
1 日 合 計	kcal	1487.76	kcal	kcal	1463.87	kcal	kcal	1418.86	kcal	kcal	1465.78	kcal	kcal	1432.53	kcal	kcal	1560.73	kcal	kcal	1513.36	kcal		
	水分	683.18	g	水分	705.81	g	水分	829.79	g	水分	660.91	g	水分	660.91	g	水分	762.5	g	水分	742.61	g	水分	765.99
蛋白質	53.3	g	蛋白質	52.09	g	蛋白質	54.86	g	蛋白質	54.46	g	蛋白質	52.52	g	蛋白質	58.49	g	蛋白質	58.49	g	蛋白質	65.57	g
脂質	39.03	g	脂質	52.21	g	脂質	36.28	g	脂質	40.07	g	脂質	49.49	g	脂質	42.31	g	脂質	42.31	g	脂質	42.81	g
食塩相当	8.54	g	食塩相当	6.21	g	食塩相当	7.64	g	食塩相当	6.78	g	食塩相当	7.94	g	食塩相当	7.8	g	食塩相当	7.8	g	食塩相当	6.01	g
備考																							

予定献立一覧表



弦巻の家

令和6年8月8日 ~ 令和6年8月14日

	8月8日(木)		8月9日(金)		8月10日(土)		8月11日(日)		8月12日(月)		8月13日(火)		8月14日(水)				
朝	御飯 ホウレン草と車麩の煮物 カリフラワーの梅風味 味噌汁(はんぺん・モロヘイヤ) ショア		食パン(8枚切) ジャム&マーガリン なすとベーコンのソテー ごぼうサラダ コンソメスープ 牛乳		御飯 切干大根の炒り煮 ゆかり和え(白菜) 味噌汁(なめこ・もやし) 牛乳		御飯 ひじきと大豆の煮物 小松菜のシラス和え 味噌汁(じゃが芋・油揚げ) 牛乳		食パン(8枚切) ジャム&マーガリン スクランブルエッグ カリフラワーとコーンのサラダ コンソメスープ 牛乳		御飯 じゃが芋の炒め物 ブロッコリーと蒸し鶏のごま和え 味噌汁(麩・畑菜) 牛乳		御飯 厚焼卵 モヤシのお浸し 味噌汁(ひらたけ・ねぎ) 牛乳				
																	
昼	御飯 海鮮のオイスタ炒め 大学芋 ピーマンと白菜のカラシ和え 中華スープ ヨーグルト・フルーツソース		御飯 豚肉の生姜焼 冬瓜と竹輪の煮物 アスパラの中華和え 味噌汁(オクラ・油揚げ) フルーツ・リンゴ缶		御飯 中華風卵焼 えびシューマイ ゼンマイのナムル 中華スープ フルーツ・パイン缶		御飯 魚(メルルーサ)のマヨマスタード焼 鶏肉と里芋の煮物 なすの生姜和え 味噌汁(麩・ひらたけ) フルーツ・ミカン缶		<p>《カレーの日》 夏野菜チキンカレー もやしとゴーヤの炒め物 人参サラダ コンソメスープ フルーツ・黄桃缶</p> 		御飯 肉団子と野菜の煮物 南瓜とベーコンのソテー スパゲティサラダ すまし汁(わかめ・白菜) フルーツ・フルーツカクテル缶		御飯 鯖のミリン焼 車麩の煮物 小松菜の和風ドレッシング 味噌汁(えのき草、玉ねぎ) フルーツ・白桃缶				
夕	御飯 鶏肉の韓国風照焼 つみれと野菜の煮物 カブとワカメのサラダ 味噌汁(ひらたけ・ねぎ)		御飯 めばるのピカタ カリフラワーの炒め 青梗菜とカニカマのサラダ コンソメスープ		御飯 魚(シルバー)のおぼろ昆布蒸 カブの炒め ゴーヤのおかかサラダ 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)		御飯 ハンバーグ 付合せ(ズッキーニ) ブロッコリーとベーコンの炒め物 オクラとコーンのサラダ コンソメスープ		御飯 魚(メバル)の山椒煮 青梗菜と竹輪の煮浸し カブの梅和え すまし汁(わかめ・ねぎ)		御飯 豆腐のかに風味あんかけ 茄子の甘辛炒め ホウレン草のホン酢和え 味噌汁(油揚げ・さつま芋)		御飯 豚肉のスタミナ炒め 冬瓜の味噌煮 春雨サラダ すまし汁(豆腐、葉大根)				
1 日 合 計	kcal	1411.99	kcal	1504.04	kcal	1426.29	kcal	1423.35	kcal	1405.47	kcal	1533.87	kcal	1425.54	kcal		
	水分	669.42	g	水分	772	g	水分	664.68	g	水分	751.68	g	水分	797.36	g		
蛋白質	46.7	g	蛋白質	58.65	g	蛋白質	57.9	g	蛋白質	50.7	g	蛋白質	50.7	g	蛋白質	57.8	g
脂質	30.1	g	脂質	53.35	g	脂質	42.55	g	脂質	40.42	g	脂質	43.87	g	脂質	36.66	g
食塩相当	8.38	g	食塩相当	8.28	g	食塩相当	7.19	g	食塩相当	7.24	g	食塩相当	8.53	g	食塩相当	6.75	g
備考																	



予定献立一覧表



弦巻の家

令和6年8月15日 ~ 令和6年8月21日



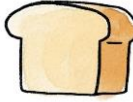
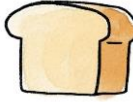
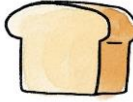












	8月15日(木)		8月16日(金)		8月17日(土)		8月18日(日)		8月19日(月)		8月20日(火)		8月21日(水)	
朝	御飯 茄子の甘辛炒め 青梗菜の胡麻和え 味噌汁(かぼちゃ・ごぼう) ショア		食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズ入りスクランブル ブロッコリーサラダ コンソメスープ 牛乳		御飯 ハム入り野菜炒め エノキと白菜のお浸し 味噌汁(揚げナス・なめこ) 牛乳		御飯 つみれと野菜の煮物 オクラの胡麻和え 味噌汁(油揚げ・葉大根) 牛乳		食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ブロッコリーとツナのソテー キャベツのサラダ コンソメスープ 牛乳		御飯 目玉焼 白菜の二色和え 味噌汁(ひらたけ・かぼちゃ) 牛乳		御飯 ハンパンと野菜煮物 キャベツのおかか和え 味噌汁(えのき茸・畑菜) 牛乳	
	御飯 海老と生揚げのスイートチリソース かぶの含め煮 中華スープ フルーツ・黄桃缶		御飯 白身魚フライ 野菜のクリーム煮 大根の甘酢漬け コンソメスープ フルーツ・ハイン缶		御飯 マスのポン酢がけ 里芋の含め煮 キュウリとカブのサラダ すまし汁(わかめ・はんぺん) フルーツ・リンゴ缶		御飯 豚肉の柳川風煮 里芋とベーコンのソテー 白菜の酢味噌和え すまし汁(花麩・キヌサヤ) フルーツ・フルーツカクテル缶		御飯 魚(シルバー)のカレームニエル 夏野菜のさっぱり炒め ポテトサラダ コンソメスープ フルーツ・ハイン缶		御飯 魚の香味焼(アジ) 切干大根の煮物 味噌汁(里芋・玉ねぎ) フルーツ・ミカン缶		御飯 チキンピカタ じゃが芋のガーリックソテー キャベツとアスパラのマリネ コーンポタージュ フルーツ・白桃缶	
昼	御飯 魚の梅肉焼(サワラ) 付合せ(ほうれん草) カリフラワーの薄くず煮 インゲンの生姜和え 味噌汁(さつまいも・水菜)		御飯 鶏肉のピーナッツソースかけ 付合せ(ピーマン・しめじ) ひじきと薩摩揚げの煮物 中華冷奴 味噌汁(お麩・葉大根)		御飯 鶏肉のハン粉焼 さつまいものきんぴら キャベツのカラシ和え 味噌汁(青梗菜・しいたけ)		御飯 焼き魚(メルルサ)の葱ソース 小松菜のじゃこ炒め カリフラワーのマリネ 味噌汁(かぼちゃ・まいたけ)		御飯 鶏肉と豆腐の旨煮 かぶの和風炒め 菜の花の錦糸和え 味噌汁(はんぺん・水菜)		御飯 肉団子の酢豚風 モヤシの炒め物 サツマイもの胡麻サラダ 中華スープ		御飯 魚(メルルサ)のミソ焼 インゲンの炒め物 カブとワカメのサラダ 味噌汁(麩・玉ねぎ)	
夕	kcal 1427.15 kcal 水分 744 g 蛋白質 55.29 g 脂質 33.67 g 食塩相当 8.2 g		kcal 1464.78 kcal 水分 723.49 g 蛋白質 53.68 g 脂質 48.15 g 食塩相当 7.69 g		kcal 1431.44 kcal 水分 749.68 g 蛋白質 55.22 g 脂質 36.19 g 食塩相当 7.04 g		kcal 1440.8 kcal 水分 762.54 g 蛋白質 57.47 g 脂質 36.96 g 食塩相当 7.55 g		kcal 1402.18 kcal 水分 753.8 g 蛋白質 55.21 g 脂質 47.53 g 食塩相当 7.18 g		kcal 1381.66 kcal 水分 721.35 g 蛋白質 53.55 g 脂質 30.71 g 食塩相当 7.04 g		kcal 1439.95 kcal 水分 787.67 g 蛋白質 56.29 g 脂質 39.88 g 食塩相当 7.06 g	
備考														

予定献立一覧表



弦巻の家

令和 6年 8月22日 ~ 令和 6年 8月28日

		8月22日(木)		8月23日(金)		8月24日(土)		8月25日(日)		8月26日(月)		8月27日(火)		8月28日(水)				
朝	御飯 インゲンの煮浸し カブのゆかり和え 味噌汁(麩・青ねぎ) ショア			食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウインナーと野菜のスープ煮 ブロッコリーのチースサラダ コンソメスープ 牛乳			御飯 キャベツと生揚げの炒め物 茄子のドレッシングがけ 味噌汁(麩・スナップエンドウ) 牛乳			食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 卵と野菜の炒め物 カリフラワーのサラダ コンソメスープ 牛乳			御飯 もやしの干しエビ炒め ホウレン草のなめ茸和え 味噌汁(麩・さつま芋) 牛乳			御飯 オムレツ 大根のドレッシング和え 味噌汁(モロヘイヤ、しめじ) 牛乳		
	昼	《昭和食堂》 海老ピラフ&ハムカツ サツマ芋サラダ コンソメスープ カルピスゼリー			御飯 豚肉のオイスターソース炒め さつま芋のレモン煮 モヤシの中華サラダ 中華スープ フルーツ・フルーツカクテル缶			御飯 鶏の治部煮 かに風味あんかけ ゴーヤの辛子和え すまし汁(そうめん、畑菜) フルーツ・黄桃缶			御飯 魚の塩焼(アジ) ごぼうの甘辛煮 インゲンのピーナッツ和え 味噌汁(かぶ・油揚げ) フルーツ・ミカン缶			御飯 メンチカツ 南瓜とエンドウの煮物 オクラとコーンのサラダ 豆乳スープ ヨーグルト・フルーツソース			《麺の日》 冷しナメコおろしそば 根野菜の炒り煮 じゃが芋のサラダ フルーツ・フルーツカクテル缶	
夕		御飯 鶏肉と根野菜の炒め なすの揚げ浸し 春雨の酢の物 味噌汁(豆腐・小松菜)			御飯 魚の卵とじ(タラ) アスパラとコーンの炒め物 カリフラワーのドレッシングがけ 味噌汁(かぼちゃ・菜の花)			御飯 マハルのチース焼き じゃが芋のコンソメ煮 小松菜のお浸し 味噌汁(玉ねぎ・大根)			御飯 豚肉と野菜の五目煮 蒸し餃子 白菜の中華和え 中華スープ			御飯 魚(シルバー)の煮付け 大根と竹輪のきんぴら 煮豆 味噌汁(豆腐・青ねぎ)			御飯 豚肉とキャベツの中華炒め 里芋のずんだ和え 春雨の酢の物 すまし汁(はんぺん、水菜)	
	1 日 合 計	kcal 1546.34 水分 675.64 蛋白質 47.96 脂質 42.56 食塩相当 7.62	kcal g g g g	kcal 1446.23 水分 772.46 蛋白質 54.92 脂質 46.23 食塩相当 7.72	kcal g g g g	kcal 1455.52 水分 752.19 蛋白質 57.77 脂質 41.11 食塩相当 6.78	kcal g g g g	kcal 1388.08 水分 757.28 蛋白質 54.46 脂質 33.47 食塩相当 7.55	kcal g g g g	kcal 1493.19 水分 766.53 蛋白質 54.02 脂質 45.97 食塩相当 7.36	kcal g g g g	kcal 1523.1 水分 802.18 蛋白質 56.28 脂質 45.83 食塩相当 7.21	kcal g g g g	kcal 1343.5 水分 858.81 蛋白質 55.84 脂質 31.6 食塩相当 8.67	kcal g g g g			
備考																		


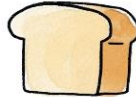


予定献立一覧表



弦巻の家

令和 6年 8月29日 ~ 令和 6年 8月31日

	8月29日(木)		8月30日(金)		8月31日(土)	
朝 昼 夕	御飯 گانモと野菜の煮物 白菜のお浸し 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) ジョア		食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ツナ入りスクランブル 茹きキャベツのサラダ コンソメスープ 牛乳		御飯 厚焼卵 白菜のサラダ 味噌汁(油揚げ・青ねぎ) 牛乳	
						
	御飯 エビと玉子の塩炒め 青梗菜のクリーム煮 かぼちやのフレンチドレッシング 中華スープ フルーツ・黄桃缶		御飯 鶏の唐揚げおろしあん モヤシとピーマンのソテー カリフラワーのクルミ和え すまし汁(トコ昆布・しいたけ) フルーツ・パン缶		御飯 めばるの梅ソース 車麩のそぼろあんかけ オクラのお浸し 味噌汁(青梗菜・人参) フルーツ・フルーツカクテル缶	
御飯 魚の酒蒸(タ) さつまいもと刻昆布の煮物 小松菜とカニカマのサラダ 味噌汁(なめこ・オクラ)		御飯 豆腐の明太ソース煮 冬瓜のひすい煮 人参のフレンチサラダ 味噌汁(里芋・畑菜)		御飯 茄子と豚肉の味噌炒め さつまいものレーズン煮 ホウレン草の生姜風味 野菜椀(ごぼう・白ねぎ)		
1 日 合 計	kcal	1380.07	kcal	1476.82	kcal	1441.48
	水分	715.58	g	818.69	g	700.13
	蛋白質	52.86	g	54.67	g	53.99
	脂質	28.41	g	53.16	g	35.87
	食塩相当	8.03	g	7.35	g	5.68



備考						
----	--	--	--	--	--	--