

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 7月31日 ~ 令和 4年 8月 6日

	7月31日(日)	8月 1日(月)	8月 2日(火)	8月 3日(水)	8月 4日(木)	8月 5日(金)	8月 6日(土)
朝	かに雑炊 ひき肉ともやしの炒め物 ヨーグルト	御飯 炒り豆腐 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ブロッコリーとベーコンの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 里芋のそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 キャベツの卵炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉と大根の煮付け ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 カンモと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	グレープジュース	カルピス	コーヒー牛乳	レモンティー	アップルジュース	グレープジュース	はちみつレモン
昼	御飯 ぶりのパセリソース焼 キャベツのサラダ コンソメスープ ミカン缶	御飯 太刀魚の山椒焼き 茄子の香味炒め 中華スープ フルーツカクテル缶	御飯 豚肉とニンニクの芽炒め 冷奴 さくら大根漬 味噌汁	キーマカレー 福神漬 白菜のサラダ コンソメスープ リンゴ缶	御飯 回鍋肉 カブの翡翠あんかけ ザーサイ 中華スープ	菜飯 さばの沢煮 なすのオイスターソース炒め 三色煮豆 すまし汁	御飯 赤魚の焼き浸し ビーンズサラダ 味噌汁 マンゴー缶
15時	いちごパナロア	カスタードどら焼	チョコレートナツ	プッセケーキ	バニラアイス	コーヒーロールケーキ	今川焼
夕	御飯 ネギ塩チキン ひじきの煮物 しば漬 味噌汁	御飯 鶏肉の甘辛焼 モヤシの中華和え 青きゅうり漬 味噌汁	御飯 白身魚の南蛮漬 車麩の卵とし すまし汁 和梨缶	御飯 アジの照焼 ビーン炒め しば漬 中華スープ	御飯 鶏肉と南瓜の甘辛煮 青梗菜のピーナッツ和え 味噌汁 黄桃缶	御飯 豚肉の焼肉風 キャベツとコーンのサラダ 味噌汁 ミカン缶	御飯 筑前煮 大根の塩麴炒め 高菜炒め すまし汁
合計	kcal 1453 食塩相当 7.3 g	kcal 1573 8.2 g	kcal 1505 8.2 g	kcal 1499 8.3 g	kcal 1534 7.9 g	kcal 1485 7.4 g	kcal 1467 7.5 g

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 8月 7日 ~ 令和 4年 8月13日

	8月 7日(日)	8月 8日(月)	8月 9日(火)	8月10日(水)	8月11日(木)	8月12日(金)	8月13日(土)
朝	しらす雑炊 鶏肉となすの煮物 ヨーグルト	御飯 ホウレン草と車麩の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 和風スクランブルエッグ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 薩摩揚げの炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 生揚げと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 大根とつみれの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 インゲンとツナの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	アップルジュース	紅茶	グレープジュース	はちみつレモン	コーヒー牛乳	カルピス	グレープジュース
昼	御飯 豚肉と生揚げの甘辛煮 大根の千切り炒め 白菜浅漬け 味噌汁	御飯 鶏肉と夏野菜の甘酢炒め モヤシの胡麻和え かき玉汁 パイン	豆乳さっぱり冷しうどん 竹輪と冬瓜の煮物 白桃缶	御飯 マスのおぼろ昆布蒸 ツナの野菜炒め 金時煮豆 味噌汁	御飯 白身魚の唐揚げおろしのせ サツマ芋の胡麻サラダ 高菜炒め 味噌汁	御飯 麻婆豆腐 エビとブロッコリーの塩炒め 中華スープ フルーツカクテル缶	御飯 牛肉じゃが ホウレン草のポン酢和え すまし汁 黄桃缶
15時	パンナコッタ	ヨーグルトチーズムース	黒糖ケーキ	紅茶パナロア	まんじゅう	水羊羹	抹茶プリン
夕	御飯 白身魚のバター醤油焼 ホウレン草のお浸し コンソメスープ 白桃缶	御飯 豚肉のスタミナ炒め イカ団子と野菜のコンソメ煮 三色煮豆 味噌汁	御飯 メバルのチーズ焼 青梗菜のサラダ 青きゅうり漬 味噌汁	御飯 中華風卵焼 かぶの甘酢漬 中華スープ マンゴー缶	御飯 ハンバーグ ブロッコリーのチーズパン粉焼 コンソメスープ 和梨缶	御飯 鱈のピーナッツ味噌焼 キャベツのドレッシング和え うぐいす煮豆 すまし汁	御飯 ぶりと豆腐の煮付け 南瓜とベーコンのソテー しば漬 味噌汁
合計	kcal 1478 食塩相当 7.5	kcal 1554 7.9	kcal 1515 9.2	kcal 1453 7.8	kcal 1504 7.7	kcal 1451 7.8	kcal 1545 7.5

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 8月14日 ~ 令和 4年 8月20日

	8月14日(日)	8月15日(月)	8月16日(火)	8月17日(水)	8月18日(木)	8月19日(金)	8月20日(土)
朝	カニカマ雑炊 ハンパンの卵とじ ヨーグルト	御飯 茄子とベーコンのソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げと玉葱の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ハム入り野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 つみれと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ツナとフロッキーソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 焼豆腐の卵とじ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	アップルジュース	グレープジュース	カルピス	コーヒー牛乳	レモンティー	はちみつレモン	カルピス
昼	御飯 さばの塩焼 小松菜の和風ドレッシング 味噌汁 マンゴー缶	御飯 エビと生揚げのチリソース かぶの含め煮 高菜炒め 中華スープ	御飯 さわらの山椒煮 さつま芋のきんぴら 青きゅうり漬 味噌汁	キャロットピラフ 鶏肉のパン粉焼 白菜のサラダ 枝豆のポタージュ 白桃缶	ビビンバ丼 インゲンと竹輪の炒め煮 中華スープ フルーツカクテル缶	御飯 ぶりの生姜焼 (特養選択食: 鶏の揚げおろし煮) ホウレンソウの炒め物 金時煮豆 味噌汁	御飯 茹で豚のポン酢醤油かけ 南瓜のミルク煮 味噌汁 リンゴ缶
15時	黒ゴマプリン	ショコラプチケーキ	ミニたい焼	ワッフル	抹茶パバロア	今川焼(カスタード)	どらやき
夕	御飯 豚肉のオイスターソース炒め 冬瓜の味噌煮 昆布佃煮 すまし汁	御飯 鶏肉の梅肉焼 インゲンの胡麻和え 味噌汁 ミカン缶	御飯 スパニッシュオムレツ カリフラワーのクリーム煮 コンソメスープ パン缶	御飯 白身魚の葱ソース 里芋と人参の煮物 三色煮豆 味噌汁	御飯 さばの味噌煮 カブとワカメのサラダ うぐいす煮豆 すまし汁	御飯 豚肉の柳川風煮 インゲンの酢味噌和え すまし汁 和梨缶	御飯 アジの香味焼 青梗菜の磯辺和え 青きゅうり漬 すまし汁
合計	kcal 1497 食塩相当 7.9	kcal 1473 g 7.5	kcal 1482 g 7.9	kcal 1523 g 9.1	kcal 1506 g 6.8	kcal 1455 g 7.0	kcal 1451 g 7.5

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 8月21日 ~ 令和 4年 8月27日

	8月21日(日)	8月22日(月)	8月23日(火)	8月24日(水)	8月25日(木)	8月26日(金)	8月27日(土)
朝	五目雑炊 生揚のおろし煮 ヨーグルト	御飯 伊団子の含め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ハンペンと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ウイナーの野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 薩摩揚の炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ツナ入りスクランブル ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉の旨煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	グレープジュース	レモンティー	アップルジュース	グレープジュース	カルピス	コーヒー牛乳	アップルジュース
昼	御飯 チキンピカタ カリフラワーとチーズサラダ コンソメスープ 和梨缶	ビーンズカレー 福神漬 キャベツのマリネ コンソメスープ リンゴ缶	御飯 ぶりのミソ焼 キャベツとベーコンのソテー 昆布佃煮 味噌汁	御飯 鶏肉の治部煮 冬瓜のかに風味あんかけ 白菜の浅漬け 味噌汁	【食文化イベント《広島》】 茶飯 メバルのレモン焼 しんじょうの銀あんかけ 漬物 すまし汁 スイカ	御飯 肉団子と野菜の煮物 南瓜のいとこ煮 味噌汁 白桃缶	海鮮塩焼きそば じゃがバター風 コーン中華スープ ミカン缶
15時	チーズパヴァロアシュークリーム	抹茶水羊羹	紅茶ケーキ	乳菓まんじゅう	バナナプリン	薄皮まんじゅう	★セレクト
夕	御飯 白身魚の卵とじ ジャカ芋のそぼろ煮 しば漬け 味噌汁	御飯 豚肉の生姜炒め 薩摩揚と青梗菜の煮物 うぐいす煮豆 味噌汁	御飯 黒酢豚 モヤシの中華サラダ すまし汁 マンゴー缶	御飯 さわらの葱味噌焼 いんげんのピーナッツ和え すまし汁 黄桃缶	御飯 肉野菜炒め 春雨の酢の物 白いんげん豆煮 味噌汁	御飯 たらのチーズ焼 大根のレモン和え しば漬け すまし汁	御飯 ひじき入り卵焼 小松菜のお浸し 三色煮豆 味噌汁
合計	kcal 1452 kcal 食塩相当 8.0 g	1495 kcal 8.8 g	1478 kcal 8.1 g	1452 kcal 7.8 g	1549 kcal 9.1 g	1451 kcal 8.3 g	1484 kcal 8.2 g

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 8月28日 ~ 令和 4年 8月 31日

	8月28日(日)	8月29日(月)	8月30日(火)	8月31日(水)			
朝	卵雑炊 がんと含め煮 ヨーグルト	御飯 豚肉の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ちくわと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 かぶのそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト			
10時	カルピス	コーヒー牛乳	はちみつレモン	アップルジュース			
昼	御飯 メンチカツ 刻昆布とチクの煮物 すまし汁 リンゴ缶	御飯 さわらの酒蒸 さつま芋の煮物 味噌汁 マンゴー缶	枝豆御飯 鶏肉の塩麴焼 大根のきんぴら 金時煮豆 かき玉汁	御飯 白身魚のフライ 夏野菜のトマト煮 コンソメスープ 和梨缶			
15時	バニラババロア	ドームケーキ(コシアン)	ロールケーキ	メープルプチケーキ			
夕	御飯 アジのゴマダレ漬 鶏肉と大根の炒り煮 金時煮豆 味噌汁	御飯 エビと玉子の塩炒め モヤシのナムル さくら大根漬 すまし汁	御飯 生揚げと野菜の炒め物 ブロッコリーのチーズサラダ 味噌汁 黄桃缶	御飯 豚肉となすの味噌炒め かぼちゃのレモン煮 青きゅうり漬 すまし汁			
合計	kcal 1463 食塩相当 8.2 g	kcal 1477 7.6 g	kcal 1488 7.6 g	kcal 1516 7.2 g			