

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 8月28日 ~ 令和 4年 9月 3日

	8月28日(日)	8月29日(月)	8月30日(火)	8月31日(水)	9月 1日(木)	9月 2日(金)	9月 3日(土)
朝	卵雑炊 がんもの含め煮 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	御飯 ハムと野菜の炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 白菜と挽肉の卵炒め 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
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	グレープジュース	レモンティー	カルピス
昼	御飯 メンチカツ 刻昆布とチクワの煮物 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	御飯 鶏肉の照焼 マカロニとツナのソテー 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 海老カツとホタテクリームコロッケ インゲンと竹輪の炒め煮 すまし汁 パイン缶	御飯 カニ玉 春雨の中華サラダ 高菜炒め 中華スープ
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	ヨーグルトケーキ	黒糖まんじゅう	抹茶ババロア
夕	御飯 アジのコマダレ漬 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	御飯 ぶりの煮付け 里芋の炒め物 三色煮豆 すまし汁	御飯 豆腐ステーキ明太子ソース ブロッコリーの胡麻和え さくら大根漬 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼 さつま芋とエンドウの煮物 味噌汁 ミカン缶
合計	kcal 1463 kcal 食塩相当 8.2 g	1477 kcal 7.6 g	1488 kcal 7.6 g	1516 kcal 7.2 g	1471 kcal 6.6 g	1483 kcal 7.7 g	1526 kcal 7.7 g

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 9月 4日 ~ 令和 4年 9月 10日

	9月 4日(日)	9月 5日(月)	9月 6日(火)	9月 7日(水)	9月 8日(木)	9月 9日(金)	9月 10日(土)
朝	しらす雑炊 豚肉となすの甘辛煮 ヨーグルト	御飯 ツナ入りスクランブルエッグ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 サツマアゲと野菜の炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ハンパンの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 生揚げと大根の炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 玉子ロール ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 もやしのそぼろ炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	グレープジュース	紅茶	コーヒー牛乳	グレープジュース	はちみつレモン	アップルジュース	グレープジュース
昼	御飯 マスのタルタルソースかけ カリフラワーの咖喱風味煮 コンソメスープ ミカン缶	御飯 ミートボールのコンソメ煮 ブロッコリーのチーズ焼 ポタージュスープ パイナップル	ホークカレーライス 福神漬 大根のレモン和え コンソメスープ 黄桃缶	御飯 めばるの山椒煮 青梗菜の炒め物 三色煮豆 味噌汁	御飯 鶏となすの揚おろし煮 ピーマンとウインナーのソテー 赤きゅうり漬 すまし汁	御飯 さばの田楽 鶏肉と里芋の煮物 すまし汁 和梨缶	【食文化イベント《山梨県》】 信玄寿司 鶏肉のワイン蒸し キノコソース 炊き合わせ 高野豆腐の塩昆布和え ほうとう風汁/白桃缶
15時	ドームケーキ(カスタード)	抹茶の水羊羹	黒糖ケーキ	ミニたい焼	メープルパンケーキ	ヨーグルトムース	乳菓まんじゅう
夕	御飯 生揚げと青菜のチャンプル じゃが芋の煮物 青きゅうり漬 味噌汁	御飯 さばの塩焼 サツマ芋サラダ さくら大根漬 すまし汁	御飯 タラの卵とじ 南瓜とハムのソテー 金時煮豆 味噌汁	御飯 ホークソテー・リンゴソース ひじきの煮物 すまし汁 マンゴー缶	御飯 海老団子と野菜の炒め煮 ブロッコリーのチーズサラダ 味噌汁 リンゴ缶	御飯 豚肉と南瓜の甘辛煮 ビーフン炒め しば漬 味噌汁	御飯 豆腐の中華うま煮 小松菜の中華和え 中華スープ 三色煮豆
合計	kcal 1500 kcal 食塩相当 6.7 g	1560 kcal 7.1 g	1470 kcal 8.4 g	1468 kcal 7.5 g	1508 kcal 7.4 g	1539 kcal 7.1 g	1485 kcal 8.2 g

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 9月11日 ~ 令和 4年 9月17日

	9月11日(日)	9月12日(月)	9月13日(火)	9月14日(水)	9月15日(木)	9月16日(金)	9月17日(土)
朝	五目雑炊 肉団子と青梗菜の炒め煮 ヨーグルト	御飯 小松菜の卵炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 竹輪の野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ポテトとウィンナーのソテー 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 白菜と油揚げの卵とじ 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
10時	カルピス	グレープジュース	アップルジュース	レモンティー	コーヒー牛乳	グレープジュース	はちみつレモン
昼	御飯 鶏肉の葱味噌焼 キャベツとコーンのサラダ 金時煮豆 すまし汁	御飯 揚魚の野菜あん 豚肉と大根の煮物 青きゅうり漬 味噌汁	御飯 ハンバーグトマトソース かぶのミルク煮 コンソメスープ 洋梨缶	かつ丼 春菊の辛子和え 味噌汁 黄桃缶	御飯 白身魚のマヨマスタード焼 (特養選択食: 鶏肉の生姜煮込み) もやしの干しエビ炒め かき玉汁 杏仁フルーツ	鮭とほうれん草の クリームパゲティー ブロッコリーとトマトのサラダ コンソメスープ 白桃缶	御飯 白身魚のオーロラソースかけ カリフラワーのクリーム煮 コンソメスープ マンゴー缶
15時	バナナプリン	ブッセケーキ	抹茶どら焼	いちごババロア	人形焼	ドームケーキ(コシアン)	ショコラプチケーキ
夕	御飯 ぶりの胡麻だれ焼 さつま芋のレーズン煮 味噌汁 パイン缶	御飯 鶏肉の味噌マヨネーズ焼 レンコンと切昆布の炒り煮 すまし汁 フルーツカクテル缶	御飯 マスの利休焼 ほうれん草の錦糸和え 三色煮豆 味噌汁	御飯 さわらの香味焼 里芋と大豆の煮物 うぐいす煮豆 すまし汁	御飯 肉豆腐 南瓜のサラダ さくら大根漬 味噌汁	御飯 鶏の治部煮 小松菜とコーンの炒め物 金時煮豆 味噌汁	御飯 五目卵焼 じゃが芋金平 うぐいす煮豆 味噌汁
合計	kcal 1496 kcal 食塩相当 7.5 g	1473 kcal 8.1 g	1473 kcal 7.1 g	1528 kcal 6.7 g	1527 kcal 7.9 g	1496 kcal 8.6 g	1512 kcal 7.5 g

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 9月18日 ~ 令和 4年 9月24日

	9月18日(日)	9月19日(月)	9月20日(火)	9月21日(水)	9月22日(木)	9月23日(金)	9月24日(土)
朝	卵雑炊 ベーコンと小松菜のソテー ヨーグルト	御飯 切干大根とサツマ揚の炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ちくわとかぶの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ウインナーの野菜炒め 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	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 炒り豆腐 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	コーヒー牛乳	はちみつレモン	グレープジュース	カルピス	紅茶	はちみつレモン	コーヒー牛乳
昼	御飯 揚げ鶏の南蛮漬 ブロッコリーの和風和え すまし汁 リンゴ缶	【敬老の日行事食】 栗入りお赤飯 天ぷら盛り合わせ 卵豆腐の銀あんかけ 春菊の菊花浸し すまし汁/ブドウ缶	御飯 豚肉とエリンギのソテー さつま芋のグラッセ コンソメスープ ミカン缶	御飯 松風焼 なすの田舎煮 青きゅうり漬 すまし汁	梅ちりめん御飯 さわらの幽庵焼 ひじきの炒め煮 白菜の浅漬け 味噌汁	御飯 家常豆腐 大根の炒り煮 中華スープ 黄桃缶	チキンノコカレー 福神漬 キャベツのマリネ コンソメスープ リンゴ缶
15時	水羊羹	レアチーズケーキ	紅茶ハバロア	抹茶パンケーキ	チョコプリン	コーヒーロール	あずきプリン
夕	御飯 あじの梅肉焼 なすと豚肉の炒め煮 さくら大根漬け 味噌汁	御飯 卵と春雨の炒め物 肉シューマイ 高菜炒め 中華スープ	御飯 ぶりの煮付け チンゲン菜と生揚の炒め物 千切り大根漬 味噌汁	御飯 つみれと野菜の煮物 人参とモヤシのツナサラダ 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 酢鶏 ホウレン草のナムル 中華スープ 洋梨缶	御飯 めばるのポン酢かけ 肉団子とサツマ芋の甘辛煮 昆布佃煮 味噌汁	御飯 赤魚の野菜あんかけ 南瓜の含め煮 うぐいす煮豆 味噌汁
合計	kcal 1464 kcal 食塩相当 8.4 g	1497 kcal 9.9 g	1516 kcal 6.6 g	1484 kcal 7.8 g	1458 kcal 7.7 g	1500 kcal 8.5 g	1487 kcal 8.4 g

【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 9月25日 ~ 令和 4年9月 30日

	9月25日(日)	9月26日(月)	9月27日(火)	9月28日(水)	9月29日(木)	9月30日(金)	
朝	カニカマ雑炊 鶏肉と里芋の旨煮 ヨーグルト	御飯 佃団子の含め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 和風スクランブル 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	御飯 アスパラとウインナーのソテー 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	
10時	はちみつレモン	カルピス	紅茶	アップルジュース	カルピス	コーヒー牛乳	
昼	御飯 イタリアンオムレツ ミートボールの洋風煮 コンソメスープ 白桃缶	御飯 豆腐の肉味噌かけ えびつみれとかぶの煮物 三色煮豆 すまし汁	御飯 タラの磯辺揚げ チンゲン菜と生揚げの炒め物 味噌汁 キウイフルーツ	鶏南蛮そば カリフラワーとチーズのサラダ ミカン缶	御飯 豚肉と野菜のカレーソテー さつま芋のはちみつ煮 けんちん汁 パイン缶	御飯 アジのソテーマトソース チンゲン菜の和え物 コンソメスープ 黄桃缶	
15時	スイスロール	今川焼	★セレクト	杏仁ムース	カスタードクレープ	チーズパウンドケーキ	
夕	御飯 豚肉となすの甘辛煮 カリフラワーの炒め物 しば漬け 味噌汁	御飯 白身魚のレモン蒸し 竹輸入りきんぴらごぼう 味噌汁 マンゴー缶	御飯 豚肉と野菜の中華炒め 春雨とカニカマの中華サラダ 昆布佃煮 中華スープ	御飯 さわらのコマダレ漬 キャベツとベーコンのソテー 金時煮豆 味噌汁	御飯 かれいの沢煮 切干大根の煮物 青きゅうり漬 味噌汁	御飯 揚げ出し豆腐の野菜あん なすとピーマンの味噌炒め 白菜の浅漬け すまし汁	
合計	kcal 1476 kcal 食塩相当 7.5 g	1462 kcal 8.5 g	1503 kcal 8.0 g	1463 kcal 8.6 g	1477 kcal 7.2 g	1515 kcal 7.4 g	