

## 【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 6月25日 ~ 令和 5年 7月 1日 ◆毎月1日の昼食はお赤飯です◆

	6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	7月 1日(土)
朝	かにかま雑炊 鶏肉と里芋のうま煮 ヨーグルト	御飯 いか団子と大根の煮付け 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 いんげんとツナの炒め物 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 つみれと大根の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げの煮物 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	レモンティー	りんごジュース	カルピス	コーヒー牛乳	ミルクティー
昼	御飯 イタリアンオムレツ ミートボールのクリーム煮 コンソメスープ 白桃缶	御飯 豆腐の肉味噌かけ きゅうりとみょうがの和え物 三色煮豆 すまし汁	御飯 たらの磯辺揚げ チンゲン菜のソテー 味噌汁 キウイフルーツ	鶏南蛮そば カリフラワーのドレッシング和え みかん缶	御飯 鶏肉のカレー炒め さつま芋のはちみつ煮 けんちん汁 パン缶	御飯 白身魚のソテー トマトソース チンゲン菜と蒸し鶏の和え物 コンソメスープ りんご缶	赤飯 メバルの錦焼き生姜あんかけ カリフラワーのソテー 味噌汁 和梨缶
15時	マンゴープリン	今川焼き	★セレクト	いちご蒸しケーキ	ワッフル	杏仁ムース	乳菓まんじゅう
夕	御飯 豚肉となすの甘辛煮 カリフラワーとピーマンの炒め物 しば漬け 味噌汁	御飯 白身魚のレモン蒸し きんぴらごぼう 味噌汁 マンゴー缶	御飯 豚肉とキャベツの中華炒め 春雨とかにかまのサラダ さくら漬け 中華スープ	御飯 さばの照焼き キャベツとピーマンの炒め物 金時煮豆 味噌汁	御飯 かれの沢煮 切干大根の煮物 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 ひじき入り卵焼き なすとピーマンの味噌炒め 白いんげん豆煮 すまし汁	御飯 豚肉と野菜のうま煮 小松菜の酢味噌かけ うぐいす煮豆 すまし汁
1日合計	kcal 1491 kcal 食塩相当量 7.7 g	1455 kcal 8.0 g	1455 kcal 8.1 g	1462 kcal 8.1 g	1497 kcal 7.8 g	1471 kcal 7.5 g	1561 kcal 8.7 g

## 【特養・ショート】予定献立表

令和 5年 7月 2日 ~ 令和 5年 7月 8日

	7月 2日(日)	7月 3日(月)	7月 4日(火)	7月 5日(水)	7月 6日(木)	7月 7日(金)	7月 8日(土)
朝	ほたて風味の雑炊 がんと冬瓜の煮物 ヨーグルト	御飯 さつま揚げと野菜の炒め物 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 里芋と鶏肉の炒り煮 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 なすとひき肉のソテー 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
10時	ぶどうジュース	はちみつレモン	カルピス	レモンティー	りんごジュース	紅茶	はちみつレモン
昼	御飯 鶏肉の治部煮 アスパラとツナの炒め物 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 たらきのこあんかけ かぼちゃのサラダ すまし汁 黄桃缶	御飯 擬製豆腐 いんげんとコーンの炒め物 しば漬け 味噌汁	ポークカレー 福神漬け カリフラワーのドレッシング和え コンソメスープ マンゴー缶	御飯 かれいの煮付け 肉野菜炒め 味噌汁 和梨缶	【七夕行事食】 ちらし寿司 あじのみりん焼き かぼちゃと冬瓜の炊き合せ すまし汁 すいか	御飯 豚肉と野菜の中華炒め ブロッコリーのサラダ 青きゅうり漬け 中華スープ
15時	コーヒーロールケーキ	抹茶プリン	栗まんじゅう	黒糖ケーキ	ミニたい焼き	エクレア	いちご蒸しケーキ
夕	御飯 えびと玉子の塩炒め 肉しゅうまい 高菜炒め 中華スープ	御飯 豚肉となすの甘辛煮 チンゲン菜とかにかまの炒め物 金時煮豆 味噌汁	御飯 ぶり大根 春菊のごま味噌和え すまし汁 白桃缶	御飯 マスのみりん焼き キャベツとひき肉の炒め物 白いんげん豆煮 味噌汁	御飯 肉団子の酢豚風 小松菜の中華うま煮 千切大根漬け 中華スープ	御飯 五目豆腐煮 里芋の含め煮 味噌汁 パン缶	御飯 さばのバター醤油ソース ひじきの煮物 味噌汁 りんご缶
1日合計	kcal 1479 食塩相当量 8.0 g	kcal 1464 7.9 g	kcal 1484 7.9 g	kcal 1477 8.5 g	kcal 1560 8.4 g	kcal 1477 7.8 g	kcal 1497 8.3 g

## 【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 7月 9日 ~ 令和 5年 7月15日

	7月 9日(日)	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)
朝	五目雑炊 はんぺんとさつま芋の煮物 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 アスパラとベーコンの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 生揚げの卵とじ 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 じゃが芋のそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉となすの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ミルクティー	カルピス	りんごジュース	コーヒー牛乳	ミルクティー	ぶどうジュース	カルピス
昼	御飯 さわらのトマトソース ベーコン入り野菜炒め コンソメスープ みかん缶	御飯 メンチカツとホテケクリームコロッケ いんげんとちくわの煮物 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 白身魚のフリソース風 肉団子と冬瓜の煮物 中華スープ パン缶	御飯 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き なすとみょうがのポン酢和え 三色煮豆 のっぺい汁	ちゃんぽんうどん 大根とかにかまの梅和え みかん缶	御飯 ぶりの塩こうじ焼き ブロッコリーのドレッシング和え 味噌汁 白桃缶	御飯 ふくさ卵焼き 里芋とベーコンの炒め物 味噌汁 マンゴー缶
15時	薄皮まんじゅう	メープルプチケーキ	チョコプリン	ドームケーキ(カスタード)	さつま芋まんじゅう	バニラパナロア	今川焼き
夕	御飯 豚肉のしぐれ煮 白菜と蒸し鶏のポン酢和え 金時煮豆 味噌汁	御飯 たらのもろみ味噌焼き がんもとかぶの煮物 青きゅうり漬け すまし汁	御飯 肉野菜炒め つみれの薄くず煮 千切大根漬け 味噌汁	御飯 メバルの煮付け 豚肉とチンゲン菜の炒め物 味噌汁 黄桃缶	御飯 さばのゆず味噌焼き 小松菜と油揚げの煮浸し さくら漬け すまし汁	御飯 鶏肉のオイスターソース炒め かぼちゃのサラダ しば漬け 味噌汁	御飯 白身魚の蒲焼き キャベツのゆかり和え 金時煮豆 すまし汁
1日合計	kcal 1472 kcal 食塩相当量 7.7 g	1596 kcal 9.1 g	1501 kcal 8.8 g	1466 kcal 7.6 g	1504 kcal 9.1 g	1541 kcal 8.0 g	1455 kcal 7.7 g

## 【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 7月16日 ~ 令和 5年 7月22日

	7月16日(日)	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)
朝	卵雑炊 ハムと小松菜の炒め物 ヨーグルト	御飯 オムレツの野菜あんかけ 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 さつま揚げと野菜の炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉と里芋の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 はんぺんと冬瓜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 和風炒り卵 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	りんごジュース	レモンティー	コーヒー牛乳	紅茶	はちみつレモン	カルピス	コーヒー牛乳
昼	御飯 鶏肉とコーンのクリームシチュー カリフラワーのマリネ コンソメスープ フルーツカクテル缶	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き じゃが芋の煮物 すまし汁 りんご缶	鶏そぼろ丼 ほうれん草とオクラのサラダ 三色煮豆 味噌汁	御飯 白身魚のタルタルソース焼き カリフラワーのカレー風味 コンソメスープ キウイフルーツ	【食文化イベント《静岡》】 さくら御飯のうなぎちらし丼 しらすのかき揚げ ピーナツなます 味噌汁 抹茶プリン	御飯 鶏肉とかぶのうま煮 チンゲン菜のごま和え さくら漬 すまし汁	御飯 豚肉のりんごソースかけ ブロッコリーのチーズ'サラダ' 千切大根漬 味噌汁
15時	ヨーグルトケーキ	黒糖まんじゅう	パンケーキ	どら焼き	ロールケーキ	ミニたい焼き	パンナコッタ
夕	御飯 たらのみぞれあんかけ さつま芋のはちみつ煮 高菜炒め 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 小松菜のゆず浸し 白いんげん豆煮 味噌汁	御飯 さばの塩焼き ブロッコリーのかにあんかけ 味噌汁 和梨缶	御飯 生揚げと青菜のチャンプル ひじきの煮物 青きゅうり漬 味噌汁	御飯 かに玉 キャベツとウインナーの炒め物 高菜炒め 中華スープ	御飯 豆腐ステーキきのこソース かぼちゃとハムのソテー 味噌汁 黄桃缶	御飯 赤魚の味噌煮 チンゲン菜と蒸し鶏の炒め物 すまし汁 みかん缶
1日合計	kcal 1475 食塩相当量 8.0 g	kcal 1458 8.3 g	kcal 1451 7.7 g	kcal 1499 8.5 g	kcal 1600 9.1 g	kcal 1472 8.3 g	kcal 1535 8.0 g

## 【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 7月23日 ~ 令和 5年 7月29日

	7月23日(日)	7月24日(月)	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)
朝	きのこ雑炊 大根と生揚げの炒り煮 ヨーグルト	御飯 ひき肉ともやしの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げと大根の炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 肉団子とチンゲン菜の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 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 ちくわの野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 じゃが芋とウインナーのソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	紅茶	ぶどうジュース	はちみつレモン	りんごジュース	コーヒー牛乳	ミルクティー	はちみつレモン
昼	御飯 えび団子と野菜の炒め煮 ピーマンとウインナーのソテー 味噌汁 りんご缶	冷し中華 さつま芋の小倉煮 冬瓜のスープ フルーツカクテル缶	御飯 豚肉の梅ソースかけ 夏野菜の炒め物 三色煮豆 味噌汁	御飯 あじフライ かぶのサラダ さくら漬け 味噌汁	御飯 鶏肉とかぼちゃの甘辛煮 白菜と生揚げの炒め物 かき玉汁 パイナップル	シーフードカレー 福神漬け きゅうりとわかめのサラダ コンソメスープ 和梨缶	御飯 鶏肉の治部煮 ほうれん草の錦糸和え 味噌汁 黄桃缶
15時	メープルパンケーキ	今川焼き(カスタード)	ヨーグルトチーズムース	水ようかん	★セレクト	あずきプリン	ワッフル
夕	御飯 鶏肉となすの揚げおろし煮 さつま芋のサラダ 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 ぶりのごまだれ焼き ビーフソテー しば漬け 味噌汁	御飯 豆腐とえびの中華うま煮 小松菜のトレッシグ和え 中華スープ 白桃缶	御飯 豚肉の葱味噌焼き カリフラワーの薄くず煮 すまし汁 みかん缶	御飯 たらのパン粉焼き ひじきの和風サラダ うぐいす煮豆 味噌汁	御飯 肉豆腐 ブロッコリーのえび炒め しば漬け 味噌汁	御飯 さわらの香味焼き 豚肉と大根の煮物 白菜漬け すまし汁
1日合計	kcal 1465 kcal 食塩相当量 8.1 g	1583 kcal 9.4 g	1480 kcal 8.3 g	1546 kcal 9.0 g	1485 kcal 7.1 g	1489 kcal 9.3 g	1490 kcal 7.8 g

## 【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 7月30日 ~ 7月 31日

	7月30日(日)	7月31日(月)					
朝	かにかま雑炊 もやしとひき肉の炒め煮 ヨーグルト	御飯 車麩の卵とじ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト					
10時	ぶどうジュース	ミルクティー					
昼	御飯 白身魚のマヨマスタート焼き かぶのミルク煮 コンソメスープ 杏仁フルーツ	御飯 マーボー豆腐 ほうれん草のツナサラダ 中華スープ 白桃缶					
15時	ブッセケーキ	いちごパナコ					
夕	御飯 和風ハンバーグ ブロッコリーのチーズサラダ 金時煮豆 味噌汁	御飯 あじの南蛮漬け 里芋のごまだれかけ 千切大根漬け 野菜汁					
1日合計	kcal 1451 kcal 食塩相当量 8.6 g	1575 kcal 7.9 g					