

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 7月30日 ~ 令和 5年 8月 5日 ◆毎月1日の昼食はお赤飯です◆

	7月30日(日)	7月31日(月)	8月 1日(火)	8月 2日(水)	8月 3日(木)	8月 4日(金)	8月 5日(土)
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	御飯 がんと冬瓜の煮物 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 肉団子の甘辛煮 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 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
10時	ぶどうジュース	ミルクティー	コーヒー牛乳	レモンティー	りんごジュース	ぶどうジュース	はちみつレモン
昼	御飯 白身魚のマヨマスタート ^o 焼き かぶのミルク煮 コンソメスープ ^o 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 ^o 中華スープ ^o 白桃缶	◆赤飯 メバルの照り焼き 車麩の卵とじ さくら漬け 味噌汁	御飯 鶏肉と大根の炒り煮 白菜のサラダ ^o 味噌汁 白桃缶	御飯 さばの沢煮 かぶ ^o の枝豆あんかけ 三色煮豆 すまし汁	御飯 五目豆腐煮 さつま揚げのオイスターソース炒め ザーサイ 中華スープ ^o	夏野菜チキンカレー 福神漬け もやしのツナサラダ ^o コンソメスープ ^o りんご缶
15時	ブッセケーキ	いちごパナロア	チョコレートナッツ	抹茶どら焼き	プリン	コーヒーロールケーキ	今川焼き
夕	御飯 和風ハンバーグ ^o ブロッコリーのチーズ ^o サラダ ^o 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	御飯 豚肉とにんにくの芽の炒め物 キャベツの生姜和え すまし汁 和梨缶	御飯 ほっけの塩焼き ビーフソテー しば漬け 中華スープ ^o	御飯 豚肉の焼肉風炒め チンゲン菜のピーナッツ和え ^o 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 たらの味噌マヨネーズ ^o 焼き ほうれん草のお浸し すまし汁 みかん缶	御飯 つみれと里芋の煮物 大根とひき肉の塩こうじ炒め 高菜炒め すまし汁
1日合計	kcal 1451 kcal 食塩相当量 8.6 g	1575 kcal 7.9 g	1493 kcal 8.9 g	1494 kcal 7.4 g	1554 kcal 7.8 g	1469 kcal 8.4 g	1577 kcal 8.8 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 8月 6日 ~ 令和 5年 8月12日

	8月 6日(日)	8月 7日(月)	8月 8日(火)	8月 9日(水)	8月10日(木)	8月11日(金)	8月12日(土)
朝	きのこ雑炊 肉団子と大根の煮物 ヨーグルト	御飯 ほうれん草と車麩の煮物 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 さつま揚げと野菜の炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 焼豆腐と里芋の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 大根のそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉とブロッコリーの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	りんごジュース	紅茶	ぶどうジュース	はちみつレモン	コーヒー牛乳	カルピス	紅茶
昼	御飯 白身魚のバター醤油焼き さつま芋のクリーム煮 白桃缶 コンソメスープ	御飯 ひじき入り卵焼き かぶとツナの炒め物 味噌汁 ハイナップ	御飯 豚肉の葱味噌炒め 冬瓜の煮物 千切大根漬け すまし汁	牛肉そば かぼちゃの甘煮 マンゴー缶	御飯 白身魚の唐揚げおろしのせ さつま芋のごまサラダ 高菜炒め 味噌汁	中華丼 いんげんとちくわの炒め煮 中華スープ フルーツカクテル缶	御飯 鶏肉の幽庵焼き ほうれん草の和え物 すまし汁 黄桃缶
15時	チョコプリン	ヨーグルトチーズムース	黒糖ケーキ	いちごクレープ	メロンフルーチェ	抹茶パンケーキ	まんじゅう
夕	御飯 豚肉の甘酢あん 大豆のサラダ さくら漬け 味噌汁	御飯 鶏肉とピーマンの塩炒め じゃが芋とコーンのサラダ 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 メパルのチーズ焼き チンゲン菜と蒸し鶏のサラダ 白桃缶 味噌汁	御飯 ぶりの南部焼き かぶの甘酢漬け 金時煮豆 味噌汁	御飯 ハンバーグトマトソース ブロッコリーのチーズハン粉焼き コンソメスープ 和梨缶	御飯 たらひのピーナッツ味噌焼き 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 さわらと豆腐の煮付け かぼちゃとベーコンのソテー しば漬け 味噌汁
1日合計	kcal 1545 食塩相当量 8.3 g	kcal 1455 8.1 g	kcal 1523 8.2 g	kcal 1468 9.1 g	kcal 1509 8.0 g	kcal 1487 8.2 g	kcal 1498 7.6 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 8月13日 ~ 令和 5年 8月19日

	8月13日(日)	8月14日(月)	8月15日(火)	8月16日(水)	8月17日(木)	8月18日(金)	8月19日(土)
朝	かにかま雑炊 はんぺんと野菜の卵とじ ヨーグルト	御飯 なす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 肉団子と白菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉と里芋の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 和風オムレツの野菜あん ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	はちみつレモン	ぶどうジュース	カルピス	コーヒー牛乳	紅茶	はちみつレモン	カルピス
昼	御飯 ぶりの生姜焼き 鶏肉と大根のうま煮 味噌汁 マンゴー缶	【食文化イベント《和歌山県》】 かきまでご飯 がんもと冬瓜の炊き合せ きゅうりの梅和え すまし汁 みかん缶	御飯 マスの焼き浸し 切干大根の煮物 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 えびと生揚げの チリソース炒め チンゲン菜の和え物 中華スープ 杏仁フルーツ	御飯 ゆで豚のボン酢醤油かけ かぼちゃのいとこ煮 具沢山味噌汁 りんご缶	御飯 ぶりの野菜あんかけ 冷やっこ 金時煮豆 味噌汁	御飯 ホイコーロー ブロッコリーのほたて風味炒め 中華スープ フルーツカクテル缶
15時	黒ごまプリン	メープルプチケーキ	ミニたい焼き	ワッフル	バニラアイス	エクレア	どら焼き
夕	御飯 豚肉のオイスターソース炒め いんげんの酢味噌和え 昆布佃煮 すまし汁	御飯 鶏肉の梅肉焼き いんげんのごま和え さくら漬け 味噌汁	御飯 スパニッシュオムレツ カリフラワーのフレンチサラダ コンソメスープ パン缶	御飯 白身魚の酒蒸し焼き 鶏肉と里芋の煮物 三色煮豆 味噌汁	御飯 さばの味噌煮 かぶとワカメのサラダ しば漬け すまし汁	御飯 豚肉の柳川風煮 冬瓜のくず煮 すまし汁 和梨缶	御飯 あじの香味焼き チンゲン菜の磯辺和え 千切大根漬け すまし汁
1日合計	kcal 1476 kcal 食塩相当量 8.7 g	1479 kcal 8.0 g	1458 kcal 7.6 g	1457 kcal 8.8 g	1490 kcal 8.3 g	1587 kcal 7.4 g	1471 kcal 7.9 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 8月20日 ~ 令和 5年 8月26日

	8月20日(日)	8月21日(月)	8月22日(火)	8月23日(水)	8月24日(木)	8月25日(金)	8月26日(土)
朝	五目雑炊 生揚げのおろし煮 ヨーグルト	御飯 いか団子と大根の含め煮 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 ウインナーの野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 白身魚団子のかきたま煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉と里芋のうま煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ツナ入りスクランブルエッグ 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	紅茶	ぶどうジュース	カルピス	コーヒー牛乳	レモンティー
昼	御飯 さわらの山椒焼き じゃが芋のそぼろ煮 さくら漬け 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 焼き豆腐の煮物 すまし汁 白桃缶	御飯 さばのみりん焼き ひじきの煮物 うぐいす煮豆 味噌汁	御飯 鶏肉の治部煮 なす炒め 白菜漬け 味噌汁	ポークカレー 福神漬け キャベツのマリネ コンソメスープ フルーツカクテル缶	御飯 たらちのチーズ焼き ブロッコリーとウインナーのソテー 味噌汁 キウイフルーツ	海鮮塩焼きそば じゃがバター風 中華スープ みかん缶
15時	メープルパンケーキ	抹茶水ようかん	ロールケーキ	紅茶ケーキ	シヨコラブチケーキ	薄皮まんじゅう	★セレクト
夕	御飯 チキンピカタ カリフラワーとチーズのサラダ コンソメスープ 和梨缶	御飯 豆腐ステーキたらこソース さつま揚げとチンゲン菜の煮物 昆布佃煮 味噌汁	御飯 黒酢豚 もやしの中華サラダ すまし汁 マンゴー缶	御飯 白身魚のマヨネーズ焼き いんげんのピーナッツ和え すまし汁 黄桃缶	御飯 千草卵焼き 春雨の酢の物 白いんげん豆煮 味噌汁	御飯 肉団子と野菜の煮物 大根のレモン和え しば漬け すまし汁	御飯 鶏肉の甘辛煮 小松菜とえのきのお浸し 三色煮豆 味噌汁
1日合計	kcal 1454 食塩相当量 8.3 g	kcal 1473 9.0 g	kcal 1515 7.7 g	kcal 1477 7.5 g	kcal 1536 8.7 g	kcal 1555 8.1 g	kcal 1504 9.6 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 8月27日 ~ 令和 5年 8月 31日

	8月27日(日)	8月28日(月)	8月29日(火)	8月30日(水)	8月31日(木)		
朝	卵雑炊 がんととかぶの煮物 ヨーグルト	御飯 ちくわとなすの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉と野菜の炒め煮 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 ハムといんげんの炒め物 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	紅茶	ぶどうジュース		
昼	御飯 メンチカツ 切昆布の煮物 すまし汁 りんご缶	御飯 白身魚の卵とじ もやしのナムル 味噌汁 マンゴー缶	御飯 鶏肉の塩こうじ焼き ブロッコリーのチーズのサラダ 金時煮豆 かき玉汁	御飯 マスのフライ カリフラワーのトマト煮 コンソメスープ 和梨缶	御飯 マーボー豆腐 キャベツの卵炒め 中華スープ 白桃缶		
15時	バナナパンケーキ	ドームケーキ(コシアン)	今川焼(カスタード)	バナナプリン	ヨーグルトケーキ		
夕	御飯 あじのごまだれ漬け 鶏肉と大根の炒り煮 金時煮豆 味噌汁	御飯 生揚げと野菜の炒め物 さつまいもの煮物 さくら漬け すまし汁	御飯 つみれと冬瓜の煮物 小松菜の炒め物 味噌汁 黄桃缶	御飯 なすと豚肉の味噌炒め かぼちゃのサラダ 青きゅうり漬け すまし汁	御飯 メバルの煮付け 白菜と蒸し鶏のゆかり和え 三色煮豆 すまし汁		
1日合計	kcal 1475 食塩相当量 8.2 g	kcal 1504 7.9 g	kcal 1474 7.7 g	kcal 1537 7.5 g	kcal 1472 7.9 g		