

8月の献立

かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月1日 (日)	8月2日 (月)	8月3日 (火)	8月4日 (水)	8月5日 (木)	8月6日 (金)	8月7日 (土)
朝	御飯 さつま揚げと野菜の煮浸し 納豆 味噌汁(大根) カルシウム牛乳	御飯 フィッシュソーゼの炒め物 小松菜のお浸し 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) スクランブルエッグ コーンコールスローサラダ ジャム(マレード & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 いんげんの炒め物 磯納豆 味噌汁(じゃが芋・葉) カルシウム牛乳	御飯 さばの塩焼き もやし炒め 味噌汁(さつまいも) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ポトフ フルーツ(黄桃缶) ジャム(あん & マーガリン) カルシウム牛乳	★かに雑炊(250g) 卵焼き カルシウム牛乳 みんなの土曜日
昼	御飯 鶏肉の竜田揚げ なすの煮浸し フルーツゼリー	◇おもてなし御膳◇ ★ちらし寿司弁当 あんみつ	★冷やし中華 肉野菜炒め えび焼売	三色丼 なすのみそ炒め フルーツ(りんご缶)	御飯 ほきの青じそ風味 絹揚げと野菜の煮浸し ごぼうのからしマヨサラダ	御飯 おろしポン酢かつ 白菜の炒め物 小松菜のごま和え	★御飯 ココイチ特製カレー (トッピング) ハンバーグ 福神漬け 花野菜と豆のごまサラダ
夕	御飯 ますの梅肉焼き かぼちゃの白煮 ごぼうサラダ 味噌汁(青菜・ねぎ)	御飯 豆腐ハンバーグ 切干大根のごま酢和え フルーツ(パイナップル缶) お吸物(麩・ねぎ)	御飯 鶏肉の山椒焼き ピーマンの甘辛炒め ひじきサラダ かき玉汁	御飯 魚のチリソース 冬瓜のかに風味あん 春雨の中華和え 中華スープ(わかめ・コーン)	御飯 豚肉と野菜の炒め物 かぼちゃのいとこ煮 フルーツ(バナナ) お吸物(大根・揚げ)	御飯 あじのカレームニエル マカロニのケチャップ炒め いんげんのサラダ コンソメスープ(ホトトギス・葉)	御飯 ◇白身魚の香草焼き ◇じゃがいものたらこソース ◇ほうれん草のソテー ◇炒り卵 ◇なすのトマト煮 デザート
一日合計	1585kcal 59.1g 7g	1582kcal 61.4g 7.4g	1496kcal 64.2g 7.4g	1522kcal 61.8g 7.1g	1575kcal 62.3g 5.6g	1475kcal 56.8g 6.5g	1675kcal 51.6g 7.2g

★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります



	8月8日 (日)	8月9日 (月)	8月10日 (火)	8月11日 (水)	8月12日 (木)	8月13日 (金)	8月14日 (土)
朝	御飯 ハムともやしの炒め物 納豆 味噌汁(大根) カルシウム牛乳	御飯 卵とじ オクラの湯菜和え ふりかけ 味噌汁(さつまいも) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) あさりのトマトスープ ゼリー(キウイ) ジャム(ピーナッツ) カルシウム牛乳	御飯 切干大根の炒め煮 しらす納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 豆腐と野菜の旨煮 とろろ芋 味噌汁(白菜・ねぎ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) 目玉焼き ベーコンと野菜のソテー ジャム(フルーティ&マカロン) カルシウム牛乳	御飯 ウインナーと野菜の炒め物 ポテトサラダ 味噌汁(もやし・ねぎ) カルシウム牛乳
昼	御飯 青椒肉絲 えび焼売 チンゲン菜とザーサイの和え物	御飯 フライ盛合せ(外カブ入り) もやしの酢の物 フルーツ(みかん缶)	御飯 メバルの七味焼き さつま揚げと冬瓜の含め煮 ブロッコリーのかに風味和え	御飯 シーフードカレー コールスローサラダ フルーツ(りんご缶)	御飯 鶏肉のねぎボン酢かけ さつまいものごま煮 ひじきサラダ	御飯 さばの塩焼き 豚バラとかぶの甘辛煮 キャベツの和え物	★豚となすの冷やしうどん 大学芋風 大根ともずくのサラダ
夕	御飯 蒸し魚の野菜あんかけ ひじきの炒り煮 ゆかり和え お吸物(里芋・葉)	御飯 とりつくね  なすの煮浸し ほうれん草のごま和え お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 しらすと生姜の卵焼き ひき肉と白菜のオイスター炒め ごぼうサラダ 味噌汁(青菜・椎茸)	御飯 焼肉風 えびと青菜の煮浸し 白菜の梅和え お吸物(大根・揚げ)	御飯 白身魚のオイスター煮 焼餃子 フルーツ(黄桃缶) 中華スープ(春雨・青菜)	御飯 豆腐ステーキ れんこんと昆布の甘辛煮 フルーツ(パイナップル缶) 味噌汁(麩・わかめ)	御飯 ほきの梅味噌焼き ちくわの磯辺揚げ 花野菜の和え物 お吸物(大根・ねぎ)
一日合計	1525kcal 62.4g 6.9g	1608kcal 56.9g 6.3g	1438kcal 57.8g 6.1g	1549kcal 56.7g 7.1g	1560kcal 62g 6.7g	1491kcal 61.4g 5.8g	1597kcal 57g 7.7g

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります



8月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月15日 (日)	8月16日 (月)	8月17日 (火)	8月18日 (水)	8月19日 (木)	8月20日 (金)	8月21日 (土)
朝	御飯 ささみと白菜の煮浸し 納豆 味噌汁(じゃが芋・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 かに風味卵焼き ひじき煮 味噌汁(青菜・椎茸) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) 肉団子のコンソメ煮 ゼリー(アセロラ) ジャム(仔ゴ & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 かまぼこと野菜の炒め物 ごましそ納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 ちくわと大根の炒め煮 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) プレーンオムレツ マカロニサラダ ジャム(りんご&マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 ツナと豆腐の炒め煮 温泉卵 味噌汁(キャベツ) カルシウム牛乳
昼	御飯 あじの七味焼き 里芋の煮物 なすのポン酢和え	御飯 和風ハンバーグ いんげんとコーンのソテー フルーツ(パイナップル)	御飯 赤魚の揚げ浸し 豚バラと冬瓜の煮物 春雨サラダ	★そうめん 肉団子と野菜の炒め物 かき揚げ	御飯 えびの卵焼き もやしのそぼろ炒め フルーツ(りんご缶)	◆◆沖縄御膳◆◆ 御飯 ゴーヤーチャンプル にんじんしりしり もずくのポン酢和え	御飯 メバルの照焼き なすの田楽 白菜の和え物
夕	御飯 親子煮 白菜としらすの炒め物 フルーツ(みかん缶) お吸物(麩・ねぎ)	御飯 たらのグラタン ジャーマンポテト フルーツ(白桃缶) コンソメスープ(キャベツ・かぶ)	御飯 鶏肉のトマト煮 ハムとポテトのカレーソテー フルーツ(黄桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 いわしバーグ味噌マヨ焼き かぼちゃのそぼろ煮 ひじきサラダ お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 豚肉の生姜焼き あさりと冬瓜の煮物 さつまいもサラダ お吸物(しめじ・青菜)	御飯 白身魚の梅おろしソース 春雨の炒め物 花野菜のごま和え 味噌汁(じゃが芋・揚げ)	御飯 鶏肉の南蛮漬け 炒り豆腐 フルーツ(パイナップル) お吸物(青菜・しめじ)
一日合計	I補給 1459kcal 蛋白質 63.9g 食塩 6.8g	I補給 1528kcal 蛋白質 56.7g 食塩 6.9g	I補給 1457kcal 蛋白質 58g 食塩 5.3g	I補給 1571kcal 蛋白質 55.3g 食塩 8g	I補給 1556kcal 蛋白質 57.4g 食塩 6.5g	I補給 1485kcal 蛋白質 59.8g 食塩 7.4g	I補給 1500kcal 蛋白質 63.5g 食塩 6g

・ ★はユニット炊飯がありません。 都合により献立変更することがあります

8月の献立

かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月22日 (日)	8月23日 (月)	8月24日 (火)	8月25日 (水)	8月26日 (木)	8月27日 (金)	8月28日 (土)
朝	御飯 いんげんの炒め物 納豆 味噌汁(大根) カルシウム牛乳	御飯 卵焼き 花野菜と豆のごまサラダ 味噌汁(かぶ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) スクランブルエッグ コーンコールスローサラダ ジャム(マレード & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと野菜の煮浸し おろし納豆 味噌汁(じゃが芋・葉) カルシウム牛乳	御飯 フィッシュソーゼの炒め物 小松菜のお浸し 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ミネストローネ フルーツ(パイン缶) ジャム(あん & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 ますの塩焼き もやし炒め 味噌汁(さつまいも) カルシウム牛乳
昼	御飯 牛肉と卵のトマト炒め 水餃子 チンゲン菜の中華和え	★冷やしとろろそば ちくわの磯辺揚げ 筑前煮	御飯 たらの夏野菜ソース 大根サラダ トマトゼリー 	◇夏祭り風メニュー◇ オムそば  お好み焼き  鶏のから揚げ(おろしポン酢) じゃがバター ゼリー  ソフトクリーム  おやつ	御飯 フライ盛合せ かぶの煮物 フルーツ(パイン缶)	御飯 こんぶと生姜の卵焼き えびと花野菜の炒め物 ほうれん草のごま和え	御飯 鶏肉のコーンマヨ焼き マカロニソテー フルーツ(りんご缶)
夕	御飯 あじの山椒焼き れんこんの炒め煮 ほうれん草の白和え お吸物(素麺・椎茸)	御飯 白身魚の粒マスタード焼き ハムと野菜のソテー フルーツ(みかん缶) コンソメスープ(キャベツ・コーン)	御飯 八宝菜 もやしのナムル ムース(杏仁) 中華スープ(春雨・青菜)	御飯 あさりと豆腐の卵とじ 高菜炒め 春雨サラダ お吸物(根菜・ねぎ)	御飯 豚肉とピーマンの塩炒め チンゲン菜の旨煮 もやしの和え物 中華スープ(卵・ねぎ)	御飯 さばの香味焼き ごぼうのそぼろ炒め ゼリー 味噌汁(大根・椎茸)	御飯 揚げ豆腐のきのこあんかけ 小松菜と卵の炒め物 もやしともずくの和え物 お吸物(麩・豆苗)
一日合計	エネルギー 1553kcal 蛋白質 59.6g 食塩 7g	エネルギー 1506kcal 蛋白質 58.8g 食塩 8.3g	エネルギー 1496kcal 蛋白質 55.6g 食塩 5.7g	エネルギー 1968kcal 蛋白質 64g 食塩 9.9g	エネルギー 1613kcal 蛋白質 56.1g 食塩 7.4g	エネルギー 1492kcal 蛋白質 57g 食塩 6.5g	エネルギー 1520kcal 蛋白質 60.1g 食塩 5.9g

★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります



8月の献立

	8月29日 (日)	8月30日 (月)	8月31日 (火)									
朝	御飯 切干大根の炒め煮 納豆 味噌汁(里芋・青菜) カルシウム牛乳	御飯 目玉焼き 野菜炒め ふりかけ 味噌汁(白菜・ねぎ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ウインナーと野菜のソテー ゼリー(レモン) ジャム(ピーナッツ) カルシウム牛乳									
昼	御飯 メバルのバター醤油焼き なすのみそ炒め キャベツのわさび和え	御飯 豚肉のごまだれかけ さつま芋の甘煮 フルーツ(白桃缶)	★レタスチャーハン 鶏肉のピリ辛炒め 豆腐サラダ									
夕	御飯 卵とえびの中華炒め 春巻風 チンゲン菜とザーサイの和え物 中華スープ(豆腐・春雨)	御飯 魚の梅ソースかけ ひじきの炒り煮 冷奴 お吸物(青菜・椎茸)	御飯 オムレツ ミートソースかけ ほうれん草のソテー ツナサラダ コンソメスープ(ホト・葉)									
一日合計	エネルギー	1485kcal	エネルギー	1498kcal	エネルギー	1471kcal						
	蛋白質	62.7g	蛋白質	58.1g	蛋白質	65.2g						
	食塩	6.9g	食塩	6.6g	食塩	6.8g						

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります