



6月の献立

かわいの家

特別養護老人ホーム

	6月1日 (火)	6月2日 (水)	6月3日 (木)	6月4日 (金)	6月5日 (土)	6月6日 (日)	6月7日 (月)
朝	★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 さつまいも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 フィッシュソーゼルの炒め物 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	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 ぶりかけ 味噌汁(白菜・ねぎ) カルシウム牛乳 
昼	★麦御飯 あじフライ なすと冬瓜の煮浸し とろろ芋 	御飯 チキンカレー ブロッコリーサラダ ムース(ヨーグルト) 	◇和食屋さんメニュー◇ 釜揚げしらす丼 酢の物 揚げだし豆腐 夏野菜添え 	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)	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 さつまいもの甘煮 フルーツ(白桃缶)
夕	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 フルーツ(みかん缶) 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(メロン) 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)	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)
一日合計	1550kcal 56.2g 6.4g	1548kcal 55g 7.3g	1550kcal 68.4g 7.6g	1500kcal 57g 6.6g	1520kcal 60.1g 5.9g	1485kcal 62.7g 6.9g	1498kcal 58.1g 6.6g

・ ★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



6月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	6月8日 (火)	6月9日 (水)	6月10日 (木)	6月11日 (金)	6月12日 (土)	6月13日 (日)	6月14日 (月)
朝	★食パン(8枚切) ウイ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	御飯 ハムともやしの炒め物 梅納豆 味噌汁(大根) カルシウム牛乳	御飯 卵とじ オクラの湯葉和え 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) クラムチャウダー フルーツ(みかん缶) ジャム(ブルーベリー&マカリリ) カルシウム牛乳	御飯 豆腐と野菜の旨煮 とろろ芋 味噌汁(もやし・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 かまぼこと野菜の炒め物 納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 ツナと豆腐の炒め煮 温泉卵 味噌汁(白菜・さや) カルシウム牛乳
昼	★レタスチャーハン 鶏肉のピリ辛炒め 豆腐サラダ	御飯 白身魚のクリームさけ マカロニとピーマンのソテー 花野菜のサラダ	御飯 イタリアンハンバーグ 青菜とコーンのソテー フルーツ(マンゴー)	◇◇◇入梅◇◇◇ ★枝豆御飯 天ぷら盛合せ 冬瓜の梅煮 デザート 	御飯 たらの香り蒸し さつまいもの甘辛煮 大根サラダ	御飯 鶏肉の照焼き 里芋の田楽 ひじきサラダ	御飯 ほきの野菜あんかけ 焼きビーフン チンゲン菜の中華和え
夕	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(ポテト・葉)	御飯 酢鶏風 焼きビーフン フルーツヨーグルト 中華スープ(冬瓜・コーン)	御飯 あじのねぎ塩焼き 肉じゃが キャベツの昆布和え お吸物(素麺・錦糸卵)	御飯 さばの生姜焼き ごぼうサラダ フルーツ(みかん缶) お吸物(麩・ねぎ)	御飯 とんかつ 春雨と白菜の炒め物 ほうれん草のごま和え 味噌汁(もやし・ねぎ)	御飯 白身魚のタルタル焼き ポテトとあさりのトマト煮 イタリアンサラダ コンソメスープ(玉葱・ベーコン)	御飯 豚肉のおろしポン酢 なすの生姜和え フルーツ(みかん缶) 味噌汁(わかめ・椎茸)
一日合計	I栄養- 1471kcal 蛋白質 65.2g 食塩 6.8g	I栄養- 1490kcal 蛋白質 65.4g 食塩 6.3g	I栄養- 1506kcal 蛋白質 55.8g 食塩 7.1g	I栄養- 1662kcal 蛋白質 59.2g 食塩 6.4g	I栄養- 1496kcal 蛋白質 56.2g 食塩 7g	I栄養- 1517kcal 蛋白質 62.5g 食塩 6.8g	I栄養- 1568kcal 蛋白質 65g 食塩 6.6g

・ ★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



6月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	6月15日 (火)	6月16日 (水)	6月17日 (木)	6月18日 (金)	6月19日 (土)	6月20日 (日)	6月21日 (月)
朝	★食パン(8枚切) プレーンオムレツ 野菜のコンソメ煮 ジャム(イチゴ & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 ささみと野菜の煮浸し おかか納豆 味噌汁(じゃが芋・しめじ) 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) 肉団子のコンソメ煮 パンプキンサラダ ジャム(りんご&マーガリン) 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	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 フィッシュソーゼージの炒め物 小松菜のお浸し 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳
昼	御飯 キーマカレー カリフラワーサラダ ゼリー(青りんご)	★スパゲティミートソース コロッケ いんげんのサラダ	御飯 白身魚の南蛮酢 冬瓜のそぼろ炒め もやしの青じそ和え	★麦御飯 肉団子と野菜の旨煮 青菜の炒め物 梅とろろ芋	御飯 さばのみそ煮 卵とじ 白菜の和え物	御飯 鶏肉の竜田揚げ なすの煮浸し フルーツゼリー	★冷やし中華 肉野菜炒め えび焼売
夕	御飯 さわらのガーリックソテー 鶏ごぼろ炒め 小松菜のわさび和え お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 かに玉 肉焼売 春雨サラダ 中華スープ(わかめ・えのき)	御飯 鶏肉のチーズ焼き なすとベーコンのソテー フルーツ(黄桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 あじの塩焼き 肉じゃが いんげんの白和え 味噌汁(玉葱・揚げ)	御飯 豚肉のママレード焼き 大根サラダ フルーツ(パイン缶) コンソメスープ(キャベツ・えのき)	御飯 ますの梅肉焼き かぼちゃの白煮 ごぼろサラダ 味噌汁(大根)	御飯 豆腐ハンバーグ さつま芋の甘煮 切干大根のごま酢和え お吸物(麩・ねぎ)
一日合計	I補給- 1527kcal 蛋白質 57.6g 食塩 6.9g	I補給- 1645kcal 蛋白質 62.1g 食塩 7.6g	I補給- 1506kcal 蛋白質 59.3g 食塩 6.5g	I補給- 1506kcal 蛋白質 57.3g 食塩 7.1g	I補給- 1657kcal 蛋白質 66.5g 食塩 7g	I補給- 1584kcal 蛋白質 58.9g 食塩 7g	I補給- 1477kcal 蛋白質 58.1g 食塩 7.3g

★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




6月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	6月22日 (火)	6月23日 (水)	6月24日 (木)	6月25日 (金)	6月26日 (土)	6月27日 (日)	6月28日 (月)
朝	★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	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	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 オクラの湯葉和え ふりかけ 味噌汁(さつまいも) カルシウム牛乳
昼	御飯 赤魚の蒲焼き 花野菜のカレーソテー もずく酢	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 鶏肉の生姜焼き かぶとあさりの煮物 豆腐サラダ	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(タルタルソース) もやしの酢の物 フルーツ(みかん缶)
夕	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(ポテト・葉)	御飯 ツナオムレツ ベーコンとなすのソテー フルーツヨーグルト コンソメスープ(白菜・コーン)	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)
一日合計	エネルギー 1483kcal 蛋白質 63.4g 食塩 6.1g	エネルギー 1522kcal 蛋白質 61.8g 食塩 7.1g	エネルギー 1570kcal 蛋白質 62.1g 食塩 5.6g	エネルギー 1475kcal 蛋白質 56.8g 食塩 6.5g	エネルギー 1594kcal 蛋白質 66.2g 食塩 7.2g	エネルギー 1525kcal 蛋白質 62.4g 食塩 6.9g	エネルギー 1608kcal 蛋白質 56.9g 食塩 6.3g

・ ★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



6月の献立



てもあろう

	6月29日 (火)	6月30日 (水)										
朝	★食パン(8枚切)	御飯										
	あさりのトマトスープ	切干大根の炒め煮										
	ゼリー(キウイ)	しらす納豆										
	ジャム(ピーナッツ)	味噌汁(かぼちゃ)										
	カルシウム牛乳	カルシウム牛乳										
昼	御飯	御飯										
	メバルの七味焼き	シーフードカレー										
	さつま揚げと冬瓜の含め煮	コールスローサラダ										
	ブロッコリーのかに風味和え	フルーツ(りんご缶)										
夕	御飯	御飯										
	しらすと生姜の卵焼き	焼肉風										
	ひき肉と白菜のオイスター炒め	えびと青菜の煮浸し										
	ごぼうサラダ	白菜の梅和え										
	味噌汁(青菜・椎茸)	お吸物(大根・揚げ)										
一日合計	エネルギー	1395kcal	エネルギー	1549kcal								
	蛋白質	57.9g	蛋白質	56.7g								
	食塩	5.9g	食塩	7.1g								

★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