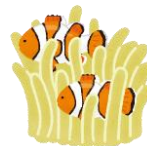




# 8月の献立



# かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月1日 (月)	8月2日 (火)	8月3日 (水)	8月4日 (木)	8月5日 (金)	8月6日 (土)	8月7日 (日)
朝	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&マーガリン) カルシウム牛乳	★中華粥(250g) 豆腐と野菜の旨煮 カルシウム牛乳 <b>みんなの土曜日</b>	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
昼	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)	★チャーハン 鶏肉のピリ辛炒め 春雨サラダ	御飯 白身魚のクリームソースかけ マカロニとピーマンのソテー 花野菜のサラダ	◆◆土用の丑◆◆ うな丼  冬瓜の煮物 いんげんのごま和え	御飯 赤魚の揚げ浸し ちくわとごぼうの煮物 白菜の梅和え	★御飯 たいめいけん特製ハヤシライス スペイン風オムレツ  青菜のサラダ	御飯 しいらの照焼き 里芋の田楽 オクラの酢の物
夕	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 ツナとポテトのシーザーサラダ コンソメスープ(キャベツ・葉)	御飯 豚肉の甘酢炒め 焼きビーフン フルーツヨーグルト 中華スープ(白菜・コーン)	御飯 豆腐のねぎ塩そばろのせ 肉じゃが キャベツの昆布和え お吸物(素麺・錦糸卵)	御飯 回鍋肉(ホイコーロー) 水餃子 チンゲン菜の和え物 お吸物(麩・ねぎ)	★紅鮭ごはん 海老しんじょう 煮浸し デザート	御飯 鶏肉のタルタル焼き 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・葉)
一日合計	エネルギー 1445kcal 蛋白質 58.1g 食塩 6.6g	エネルギー 1429kcal 蛋白質 62.6g 食塩 6.9g	エネルギー 1546kcal 蛋白質 64g 食塩 6.2g	エネルギー 1534kcal 蛋白質 60.5g 食塩 6.6g	エネルギー 1468kcal 蛋白質 56.7g 食塩 5.9g	エネルギー 1480kcal 蛋白質 62.7g 食塩 6.6g	エネルギー 1446kcal 蛋白質 64.9g 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



# 8月の献立

かわいいの家  
特別養護老人ホーム

	8月8日 (月)	8月9日 (火)	8月10日 (水)	8月11日 (木)	8月12日 (金)	8月13日 (土)	8月14日 (日)
朝	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	★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
昼	御飯 キーマカレー レタスサラダ ゼリー(青りんご)	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	★冷やしとろろそば かき揚げ 筑前煮 	御飯 白身魚の南蛮酢 いんげんのそぼろ炒め もやしの青じそ和え	◇韓国料理ランチ◇ ★そうめんの韓国風冷麺 チヂミ  サンチュ ゴッチョリ カラフルカップケーキ	御飯 さばのみそ煮 ちくわと冬瓜の煮浸し 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
夕	御飯 さわらのガーリックソテー 鶏ごぼう炒め 小松菜のわさび和え お吸物(豆腐・ねぎ)	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)	御飯 鶏肉のチーズ焼き マカロニとベーコンのソテー オクラのサラダ コンソメスープ(玉葱・コーン)	御飯 かに玉 えび焼売 春雨サラダ 中華スープ(豆腐・青菜)	御飯 あじの塩焼き 肉じゃが 花野菜のごま和え 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 銀ひらすの梅肉焼き かぼちゃの白煮 ごぼうサラダ 味噌汁(青菜・ねぎ)
一日合計	エネルギー 1560kcal 蛋白質 66.4g 食塩 7.5g	エネルギー 1430kcal 蛋白質 56.3g 食塩 6.2g	エネルギー 1510kcal 蛋白質 62.9g 食塩 7.4g	エネルギー 1430kcal 蛋白質 56g 食塩 6.8g	エネルギー 1522kcal 蛋白質 63.7g 食塩 8.6g	エネルギー 1525kcal 蛋白質 61.3g 食塩 6.6g	エネルギー 1560kcal 蛋白質 56.5g 食塩 6.4g

・ ★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 (月)	8月16日 (火)	8月17日 (水)	8月18日 (木)	8月19日 (金)	8月20日 (土)	8月21日 (日)
朝	御飯 フィッシュソーセージの炒め物 小松菜のお浸し 味噌汁(わかめ・揚げ) カルシウム牛乳	★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	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
昼	★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 赤魚の蒲焼き 花野菜の炒め物 めかぶ	三色丼 なすのみそ炒め ほうれん草のおかか和え	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 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	御飯 鶏肉の生姜焼き 大根の煮物 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
夕	御飯 豆腐ハンバーグ ツナと里芋のみそ炒め 切干大根のごま酢和え お吸物(麩・ねぎ)	御飯 鶏肉の山椒焼き れんこんの甘辛炒め ひじきの白和え かき玉汁	御飯 魚のチリソース かぶのかに風味あん 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 おろしポン酢かつ 白菜の炒め物 小松菜のごま和え 味噌汁(キャベツ・わかめ)	御飯 魚のカレームニエル 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(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)
一日合計	1582kcal I補給 蛋白質 60.9g 食塩 7.6g	1448kcal I補給 蛋白質 65.2g 食塩 6.6g	1424kcal I補給 蛋白質 62.8g 食塩 7.3g	1514kcal I補給 蛋白質 62.4g 食塩 5.5g	1489kcal I補給 蛋白質 55.6g 食塩 6g	1509kcal I補給 蛋白質 66g 食塩 7.6g	1476kcal I補給 蛋白質 61g 食塩 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



かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月22日 (月)	8月23日 (火)	8月24日 (水)	8月25日 (木)	8月26日 (金)	8月27日 (土)	8月28日 (日)
朝	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) 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 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(ブルーベリー&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	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
昼	御飯 フライ盛合せ(外タケノコ) もやしの酢の物 フルーツ(みかん缶)	御飯 さわらの西京焼き 冬瓜と揚げの含め煮 ブロッコリーのかに風味和え	★冷やしわかめうどん ささみのフリッター もやしと卵の炒め物	御飯 鶏肉のねぎポン酢かけ さつまいものごま煮 ひじきサラダ	御飯 さばの塩焼き 豚バラと冬瓜の甘辛煮 オクラの和え物	御飯 夏野菜シーフードカレー コールスローサラダ フルーツヨーグルト	御飯 しいらの七味焼き 揚げだし豆腐 なすのポン酢和え
夕	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 ひき肉と春雨のオイスター炒め 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 いんげんの中華炒め 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(パイン缶) 味噌汁(麩・わかめ)	御飯 ほきの梅肉焼き ちくわの磯辺揚げ 花野菜の和え物 お吸物(大根・ねぎ)	御飯 親子煮 白菜としらすの炒め物 フルーツ(白桃缶) お吸物(麩・ねぎ)
一日合計	1556kcal 56.1g 6.4g	1473kcal 60.7g 6g	1442kcal 63.3g 7.8g	1436kcal 59.7g 6.8g	1460kcal 62.3g 5.7g	1484kcal 56.8g 7.6g	1455kcal 69.9g 6.4g

・ ★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 (月)	8月30日 (火)	8月31日 (水)								
朝	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 フルーツ(黄桃缶) ジャム(イチゴ & 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								
昼	御飯 和風ハンバーグ えびとチンゲン菜の炒め物 いんげんとコーンのサラダ	★麦御飯 赤魚の揚げ浸し 春雨の卵とじ 梅とろろ芋	★そうめん 肉団子と野菜の炒め物 かき揚げ								
夕	御飯 たらのグラタン ジャーマンポテト フルーツ(みかん缶) コンソメスープ(キャベツ・かぶ)	御飯 豚肉のトマト煮 花野菜のシーザーサラダ ゼリー(青りんご) 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)								
一日合計	エネルギー	1458kcal	エネルギー	1464kcal	エネルギー	1502kcal					
	蛋白質	59.1g	蛋白質	58.1g	蛋白質	54g					
	食塩	7.2g	食塩	5.1g	食塩	8.1g					

・ ★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