



今週の献立《特養》



	5月30日(日)	5月31日(月)	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)
朝食	カニカマ雑炊 ウインナーと白菜のソテー ヨーグルト	ごはん みそ汁 車麩の卵とじ ふりかけ	ごはん みそ汁 厚揚げと青菜の煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 大根のそぼろ煮 ふりかけ	ごはん みそ汁 鶏肉といんげんの煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 はんぺんと野菜の煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 豚肉と冬瓜の煮物 ふりかけ
	エネルギー 390 kcal 食塩相当量 2.2 g	374 kcal 2.1 g	351 kcal 2.5 g	412 kcal 2.4 g	402 kcal 2.5 g	344 kcal 2.4 g	379 kcal 2.4 g
間食	グレープジュース	マミー	いちごオレ	アップルティー	カルピス	レモネード	コーヒー牛乳
	エネルギー 71 kcal 食塩相当量 0 g	74 kcal 0 g	60 kcal 0 g	60 kcal 0 g	33 kcal 0 g	30 kcal 0 g	71 kcal 0 g
昼食	ごはん すまし汁 赤魚のごまだれがけ いんげんとさつま揚げの煮物 白桃缶	ごはん すまし汁 豚肉の葱塩炒め かぶのポン酢和え うずら豆煮	ごはん みそ汁 ぶりの照り煮 いんげんとえびの炒め物 つぼ漬け	ごはん コンソメスープ タラのパン粉焼き キャベツの卵サラダ バナナヨーグルト	冷やしたぬきそば 豚肉じゃが もずく酢きゅうり	ごはん 中華スープ 八宝菜 チンゲン菜のナムル 杏仁豆腐	ごはん みそ汁 鶏肉の利久焼き カリフラワーサラダ りんご缶
	エネルギー 450 kcal 食塩相当量 2.8 g	496 kcal 2.9 g	491 kcal 3.1 g	541 kcal 2.6 g	472 kcal 3.4 g	563 kcal 2.8 g	540 kcal 2.8 g
おやつ	抹茶ロールケーキ	白あんまんじゅう	今川焼き	プリン	ミルクロールケーキ	エクレア	セレクト
	エネルギー 99 kcal 食塩相当量 0.1 g	103 kcal 0.1 g	106 kcal 0.3 g	73 kcal 0.1 g	99 kcal 0.1 g	90 kcal 0.1 g	
夕食	ごはん みそ汁 鶏じゃが 揚げ茄子の山かけ 刻みたくあん	ごはん 中華スープ えび団子とパロコリーのうま煮 小松菜のじゃこ炒め しば漬	ごはん コンソメスープ 鶏肉のトマト煮 アスパラのソテー フルーツカクテル缶	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き さつまいもの甘煮 のり佃煮	ごはん すまし汁 さばの梅煮 かぶの煮物 洋梨缶	ごはん すまし汁 鮭のみそ焼き エンドウの錦糸和え しその実漬け	ごはん すまし汁 さわらの照り焼き 金平ごぼう 赤かっぱ漬け
	エネルギー 507 kcal 食塩相当量 3.1 g	461 kcal 3.4 g	513 kcal 2.7 g	465 kcal 3.1 g	541 kcal 2.5 g	478 kcal 2.7 g	460 kcal 2.9 g
1日栄養 価合計	エネルギー 1517 kcal 食塩相当量 8.2 g	1508 kcal 8.5 g	1521 kcal 8.6 g	1551 kcal 8.2 g	1547 kcal 8.5 g	1505 kcal 8 g	1510 kcal 8.1 g

* 都合により献立を変更することがあります。

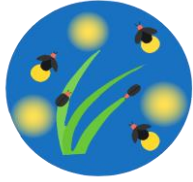


今週の献立《特養》



	6月6日(日)	6月7日(月)	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)
朝食	鮭雑炊 さつま揚げと大根の煮物 ヨーグルト	ごはん みそ汁 がんもの煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 車麩の卵とじ ふりかけ	ごはん みそ汁 なすのそぼろ煮 ふりかけ	ごはん みそ汁 じゃがいもとウインナーの卵炒め ふりかけ	ごはん みそ汁 はんぺんのみぞれ煮 ふりかけ	ごはん みそ汁 ベーコンといんげんのソテー ふりかけ
	エネルギー 342 kcal 食塩相当量 2.5 g	364 kcal 2.4 g	409 kcal 2.4 g	423 kcal 2.5 g	443 kcal 2.8 g	338 kcal 2.4 g	404 kcal 2.6 g
間食	りんごジュース	ミルクティー	カルピス	グレープジュース	オレンジジュース	ココア	レモネード
	エネルギー 65 kcal 食塩相当量 0 g	47 kcal 0.2 g	33 kcal 0 g	71 kcal 0 g	65 kcal 0 g	114 kcal 0.2 g	30 kcal 0 g
昼食	ごはん すまし汁 豆腐ハンバーグおろしソース ポテトサラダ つぼ漬け	【水無月行事食】 みょうがごはん/ すまし汁 鮭の塩こうじ焼き オクラの梅肉和え 五目卵焼き もも缶/さくら漬け	キーマカレー トマトスープ コーンサラダ みかん缶 福神漬け	ごはん 豚汁 千草焼き ブロッコリーのツナ和え フルーツカクテル缶	ごはん みそ汁 【大分県郷土料理】 ● とり天 キャベツのゆかり和え 白花豆煮	ごはん わかめスープ 豚肉のスタミナ炒め 大豆の五目煮 パイン缶	ごはん すまし汁 赤魚の粕漬け焼き えんどうのマヨネーズ和え 白菜の浅漬け
	エネルギー 465 kcal 食塩相当量 3.2 g	540 kcal 3.1 g	564 kcal 3.2 g	503 kcal 3.1 g	493 kcal 3.1 g	494 kcal 3.1 g	481 kcal 2.8 g
おやつ	どらやき	もみじまんじゅう	セレクト	チョコバウム	カステラ	ホットケーキ	あんドーナツ
	エネルギー 72 kcal 食塩相当量 0.1 g	104 kcal 0 g		94 kcal 0 g	110 kcal 0 g	70 kcal 0.1 g	100 kcal 0.1 g
夕食	ごはん みそ汁 豚肉の卵とじ 白菜のザーサイ炒め フルーツカクテル	ごはん みそ汁 豚肉とえんどうの炒めもの 南瓜の煮物 青かっぱ漬け	ごはん すまし汁 あじの山椒焼き かぶの甘酢和え 高菜漬け	ごはん みそ汁 鶏肉の塩こうじ炒め 切干大根の煮物 しば漬け	ごはん すまし汁 タラのカレー風味焼き いんげんのごまサラダ 刻みたくあん	ごはん すまし汁 さばの煮つけ なすとピーマンのしぎ焼き ザーサイ	ごはん みそ汁 鶏肉と里芋の煮物 きゅうりとエノキのポン酢和え うぐいす豆煮
	エネルギー 579 kcal 食塩相当量 3.2 g	502 kcal 3.2 g	395 kcal 2.9 g	473 kcal 3.5 g	398 kcal 3 g	538 kcal 2.9 g	492 kcal 3.1 g
1日栄養 価合計	エネルギー 1523 kcal 食塩相当量 9 g	1557 kcal 8.9 g	1510 kcal 8.5 g	1564 kcal 9.1 g	1509 kcal 8.9 g	1554 kcal 8.7 g	1507 kcal 8.6 g

* 都合により献立を変更することがあります。



今週の献立《特養》



	6月13日(日)	6月14日(月)	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)
朝食	中華風玉子雑炊 竹輪とかぶの煮物 ヨーグルト	ごはん みそ汁 さつま揚げといんげんの煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 炒り豆腐 ふりかけ	ごはん みそ汁 鶏肉とかぶの炒め煮 ふりかけ	ごはん みそ汁 鮭とえんどうの煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 ウインナーとキャベツのソテー ふりかけ	ごはん みそ汁 えびしんじょうの煮物 ふりかけ
	エネルギー 396 kcal 食塩相当量 2.6 g	332 kcal 2.6 g	373 kcal 2.6 g	382 kcal 2.3 g	348 kcal 2.4 g	390 kcal 2.4 g	326 kcal 2.4 g
間食	コーヒー牛乳	レモンティー	マミー	カルピス	りんごジュース	グレープジュース	ミルクティー
	エネルギー 71 kcal 食塩相当量 0 g	20 kcal 0 g	74 kcal 0 g	33 kcal 0 g	65 kcal 0 g	71 kcal 0 g	47 kcal 0.2 g
昼食	ごはん すまし汁 厚揚げとキャベツの味噌炒め 揚げなすの煮浸し 洋梨缶	ごはん/みそ汁 【選択食】エビ団子と 白菜のオイスター炒め 又はさわらの西京焼き ハンパンジー風サラダ うずら豆煮	ごはん みそ汁 松風焼き 小松菜のピーナツ和え 三色豆煮	マーボー丼 中華スープ 海藻サラダ 黄桃缶	ごはん すまし汁 カレイの漬け焼き ほうれん草と油揚げの煮浸し みかん缶	ごはん すまし汁 さばの味噌煮 かぶの塩昆布和え 青かつば漬け	ミートソーススパゲティ コンソメスープ かぼちゃの甘煮 きゅうりのフレンチサラダ
	エネルギー 511 kcal 食塩相当量 3 g	510 kcal 2.8 g	545 kcal 2.9 g	546 kcal 2.7 g	455 kcal 2.6 g	487 kcal 3.2 g	547 kcal 3 g
おやつ	いちごフルーチェ	バニラアイス	抹茶まんじゅう	セレクト	人形焼き	紅茶ケーキ	マドレーヌ
	エネルギー 42 kcal 食塩相当量 0.2 g	134 kcal 0.1 g	110 kcal 0 g		73 kcal 0 g	69 kcal 0 g	96 kcal 0.1 g
夕食	ごはん みそ汁 鮭のごま煮 チンゲン菜のソテー 刻みたくあん	ごはん すまし汁 鶏じゃが 大根とみょうがの甘酢和え しその実漬け	ごはん すまし汁 あじの野菜あんかけ 大根の梅しそ和え 赤かつば漬け	ごはん すまし汁 赤魚のとろろ蒸し いんげんの卵炒め つぼ漬け	ごはん すまし汁 豚肉の甘辛炒め キャベツのツナサラダ さくら漬け	ごはん 中華スープ 酢鶏 カリフラワーサラダ 金時豆煮	ごはん みそ汁 ますの照り焼き 大根のうすくず煮 マンゴー缶
	エネルギー 482 kcal 食塩相当量 3.2 g	504 kcal 3.4 g	437 kcal 3.1 g	469 kcal 2.9 g	579 kcal 3.3 g	502 kcal 2.9 g	490 kcal 2.7 g
1日栄養 価合計	エネルギー 1502 kcal 食塩相当量 9 g	1500 kcal 8.9 g	1539 kcal 8.6 g	1502 kcal 8 g	1520 kcal 8.3 g	1519 kcal 8.5 g	1506 kcal 8.4 g

* 都合により献立を変更することがあります。



今週の献立《特養》



	6月20日(日)	6月21日(月)	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)
朝食	ツナ雑炊 ジャーマンポテト ヨーグルト	ごはん みそ汁 五目炒り卵 ふりかけ	ごはん みそ汁 はんぺんの煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 肉団子とかぶの煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 厚揚げの卵とじ ふりかけ	ごはん みそ汁 がんとじゃがいもの煮物 ふりかけ	ごはん みそ汁 豚肉と小松菜の炒め物 ふりかけ
	エネルギー 370 kcal 食塩相当量 2.6 g	454 kcal 2.5 g	322 kcal 2.5 g	389 kcal 2.3 g	423 kcal 2.4 g	387 kcal 2.7 g	406 kcal 2.5 g
間食	グレープジュース	オレンジジュース	ほうじ茶ラテ	コーヒー牛乳	紅茶	マミー	いちごオレ
	エネルギー 71 kcal 食塩相当量 0 g	65 kcal 0 g	105 kcal 0.1 g	71 kcal 0 g	38 kcal 0 g	74 kcal 0 g	60 kcal 0 g
昼食	ごはん みそ汁 たらの酒蒸し 揚げなすの甘酢和え りんご缶	ごはん すまし汁 鶏肉のみぞれ煮 ブロッコリーとしめじのソテー 洋梨缶	ごはん すまし汁 かじきのから揚げ野菜あん さつまいものいとこ煮 さくら漬け	ごはん みそ汁 ホッケの竜田焼き 切り昆布の煮物 白花豆煮	麦ごはん みそ汁 筑前煮 とろろ芋 しば漬け	ポークカレー コンソメスープ レタスのツナサラダ 白桃缶 福神漬け	ごはん 中華スープ かに玉 蒸し鶏とチンゲン菜の和え物 漬物
	エネルギー 432 kcal 食塩相当量 3 g	490 kcal 2.8 g	541 kcal 3 g	487 kcal 3 g	486 kcal 3.3 g	576 kcal 3.2 g	440 kcal 3.2 g
おやつ	抹茶ロールケーキ	たいやき	バナナクリームサンド	クリームブッセ	セレクト	手作り水ようかん	ワッフル
	エネルギー 99 kcal 食塩相当量 0.1 g	94 kcal 0.1 g	84 kcal 0 g	76 kcal 0 g		96 kcal 0.1 g	81 kcal 0.1 g
夕食	ごはん 中華スープ 牛肉のオイスター炒め エンドウのしらす和え 赤かつば漬け	ごはん すまし汁 メバルの幽庵焼き 竹輪と白菜の磯辺和え なす浅漬け	ごはん すまし汁 鶏肉の治部煮風 小松菜の和え物 白桃缶	ごはん 中華スープ 豚肉とキャベツの煮物 春雨サラダ 刻みたくあん	ごはん コンソメスープ 魚のパン粉焼き なすのトマト煮 みかん缶	ごはん すまし汁 かれいのごま煮 アスパラとしめじのソテー さくら漬け	ごはん すまし汁 あじの焼き浸し 切干大根の炒め煮 パイン缶
	エネルギー 572 kcal 食塩相当量 3.1 g	415 kcal 2.9 g	450 kcal 2.9 g	482 kcal 3.1 g	473 kcal 2.4 g	377 kcal 2.9 g	519 kcal 3 g
1日栄養価合計	エネルギー 1544 kcal 食塩相当量 8.8 g	1518 kcal 8.3 g	1502 kcal 8.5 g	1505 kcal 8.4 g	1544 kcal 8.2 g	1510 kcal 8.9 g	1506 kcal 8.8 g

* 都合により献立を変更することがあります。



今週の献立《特養》



	6月27日(日)	6月28日(月)	6月29日(火)	6月30日(水)		
朝食	たまご雑炊 じゃがいものそぼろ煮 ヨーグルト	ごはん みそ汁 豚肉と冬瓜の炒め煮 ふりかけ	ごはん みそ汁 ブロッコリーの卵炒め ふりかけ	ごはん みそ汁 高野豆腐の煮物 ふりかけ		
	エネルギー 431 kcal 食塩相当量 1.9 g	386 kcal 2.4 g	388 kcal 2.7 g	316 kcal 2.2 g		
間食	レモネード	グレープジュース	ココア	ミルクティー		
	エネルギー 30 kcal 食塩相当量 0 g	71 kcal 0 g	114 kcal 0.2 g	47 kcal 0.2 g		
昼食	ごはん コンソメスープ 豚肉のケチャップ炒め エンドウのごまサラダ 白桃缶	ごはん けんちん汁 さわらのグリンス焼き かぶの煮物 青かっぱ漬け	ごはん 中華スープ チンジャオロース キャベツの甘酢和え キウイフルーツ	ゆかりごはん すまし汁 豆腐の肉みそがけ 揚げ茄子の煮浸し りんご缶		
	エネルギー 486 kcal 食塩相当量 3 g	500 kcal 3.2 g	561 kcal 2.7 g	583 kcal 2.9 g		
おやつ	いちごどらやき	チョコレートババロア	白あんまんじゅう	黒糖ケーキ		
	エネルギー 72 kcal 食塩相当量 0.1 g	91 kcal 0.1 g	103 kcal 0.1 g	70 kcal 0 g		
夕食	ごはん みそ汁 さばの生姜煮 チンゲン菜の炒めもの つぼ漬け	ごはん すまし汁 厚揚げと白菜の味噌炒め いんげんのごま和え 三色豆煮	ごはん すまし汁 タラの照り煮 ごぼうとさつま揚げの煮物 のり佃煮	ごはん すまし汁 親子煮 ホウレン草とカニカマの和え物 さくら漬け		
	エネルギー 497 kcal 食塩相当量 3.5 g	465 kcal 2.8 g	357 kcal 3 g	506 kcal 3.4 g		
1日栄養 価合計	エネルギー 1516 kcal 食塩相当量 8.5 g	1513 kcal 8.5 g	1523 kcal 8.7 g	1522 kcal 8.7 g		

* 都合により献立を変更することがあります。