



8月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月1日(金)	8月2日(土)	8月3日(日)	8月4日(月)	8月5日(火)	8月6日(水)	8月7日(木)
朝	★食パン(8枚切) クラムチャウダー フルーツ(黄桃缶) ジャム(フルヘーリー) 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	★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(イコ) 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・葉) 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 味噌汁(キャベツ・揚げ) カルシウム牛乳
昼	★きのこそば 厚揚げのおろしポン酢 さつまいもサラダ	★麦菜めし 卵焼き 春雨と白菜の炒め物 ほうれん草のお浸し	御飯 肉団子のゆず風味 厚揚げとあさりの煮物 なすのごまサラダ	◇季節のフルーツ◇ ★麦ごはん キーマカレー レタスサラダ フルーツ(桃)	御飯 ほきの野菜あんかけ いんげんのそぼろ炒め もやしの青じそ和え	★ナポリタン クロック フレンチサラダ	★麦ごはん メバルの照焼き 大豆そぼろとじゃが芋の煮物 花野菜のごま和え
夕	御飯 かれいの焼き浸し ちくわとごぼうの煮物 白菜の梅和え 味噌汁(わかめ・ねぎ)	御飯 とんかつ ひじきの煮物 大根サラダ 味噌汁(麩・わかめ)	御飯 たらこの香り蒸し 里芋の田楽 オクラの酢の物 お吸物(素麺・ねぎ)	御飯 赤魚の和風ムニエル ごぼう炒め 小松菜のお浸し お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 豚肉のポン酢がけ 炒り豆腐 なすの生姜和え 味噌汁(わかめ・麩)	御飯 魚のねぎ塩焼き かぼちゃの白煮 ごぼうサラダ 味噌汁(青菜)	御飯 かに玉 えび焼売 春雨サラダ 中華スープ(豆腐・青菜)
一日合計	エネルギー 1396kcal 蛋白質 61.2g 脂質 32.3g 食塩相当 6.7g	エネルギー 1446kcal 蛋白質 55.4g 脂質 35.8g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1464kcal 蛋白質 60.3g 脂質 32.8g 食塩相当 7.5g	エネルギー 1445kcal 蛋白質 61.6g 脂質 34.6g 食塩相当 6.9g	エネルギー 1347kcal 蛋白質 56.9g 脂質 38.5g 食塩相当 6.4g	エネルギー 1438kcal 蛋白質 56g 脂質 33.5g 食塩相当 6.7g	エネルギー 1397kcal 蛋白質 57.7g 脂質 30g 食塩相当 6.5g

・ ★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8日(金)	8月9日(土)	8月10日(日)	8月11日(月)	8月12日(火)	8月13日(水)	8月14日(木)
朝	★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) カルシウム牛乳	御飯 あんかけ五目たまご ひじき煮 味噌汁(麩・葉) 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	★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) 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
昼	御飯 豆腐の旨煮 かつおとなすの炒め物 めかぶ和え	◆◆納涼祭メニュー◆◆ ★焼きそば たこ焼き から揚げ 夏野菜のグリル あんみつ	御飯 豚肉の生姜炒め いんげんのおかか和え ゼリー(いちご)	★かけうどん さばとれんこんのみそ炒め 白菜の和え物	御飯 鶏肉の山椒焼き 花野菜の炒め物 金時豆	★麦ごはん 豚肉と卵の炒め物 なすの焼き浸し ほうれん草の和え物	★冷やしそば 厚揚げのみそ炒め ごぼうのからしマヨサラダ
夕	御飯 白身魚の南蛮酢 焼きビーフン きゅうりの和え物 味噌汁(玉葱・揚げ)	御飯 ポークソテー もやしの和え物 フルーツ(パイナップル) コンソメスープ(青菜)	御飯 あじのみりん焼き ごぼうの塩きんぴら ほうれん草のごま和え お吸物(素麺・ねぎ)	御飯 豆腐ハンバーグ ツナとじゃがいものみそ炒め 切干大根のごま酢和え お吸物(麩・ねぎ)	御飯 赤魚の蒲焼き 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 春雨の中華和え ムース(杏仁) 中華スープ(わかめ・コーン)	御飯 鶏肉の塩麴炒め かぼちゃの煮物 ムース(バナナ) お吸物(大根・揚げ)
—	Iエネルギー	Iエネルギー	Iエネルギー	Iエネルギー	Iエネルギー	Iエネルギー	Iエネルギー
日	1453kcal	1743kcal	1404kcal	1395kcal	1404kcal	1452kcal	1451kcal
合	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質	蛋白質
計	55.5g	63.9g	61.3g	57.3g	63.5g	58.3g	60.1g
	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質
	42g	58.4g	29.7g	31.2g	36.7g	39.8g	34.8g
	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当	食塩相当
	6.4g	8.8g	6.1g	7.2g	5.7g	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月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月15日(金)	8月16日(土)	8月17日(日)	8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)
朝	★食パン(8枚切) ポトフ フルーツ(りんご缶) ジャム(ブルーベリー) カルシウム牛乳	御飯 卵と野菜のソテー 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 味噌汁(白菜) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) あさりのトマトスープ ミニポテト ジャム(メイプル) 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
昼	御飯 ツナオムレツ チキンとポテトのソテー ゼリー(青りんご)	★麦ごはん 豆腐の生姜炒め 大根の煮物 とろろ芋	御飯 肉団子と春雨のオイスター炒め えび焼売 チキン菜の和え物	★麦ごはん あじフライ・コロッケ 湯豆腐 もやしの和え物	◇夏の和食御膳◇ (御飯物) ★しょうが御飯 (揚げ物) さけ 夏野菜 ごま油ソテー (小鉢) トマト わかめ 胡瓜ドレッシング (甘味) 夏の香りゼリー	★冷やしわかめうどん 卵と野菜の炒め物 キャベツのごまマヨ和え	御飯 <div>ユニット手作りカレー コンテスト</div>
夕	御飯 豆腐の肉詰めあんかけ 白菜の炒め物 小松菜のごま和え 味噌汁(わかめ・麴)	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 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 焼肉風 お麴と青菜の煮浸し オクラの梅和え お吸物(わかめ・ねぎ)	御飯 しらすと生姜の卵焼き 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 とりつくね なすの煮浸し ほうれん草のごま和え 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 ゼリー(いちご) 中華スープ(春雨・青菜)
一日合計	エネルギー 1494kcal 蛋白質 53.1g 脂質 48.5g 食塩相当 5.8g	エネルギー 1434kcal 蛋白質 58.4g 脂質 32.9g 食塩相当 7.4g	エネルギー 1439kcal 蛋白質 57.7g 脂質 31.7g 食塩相当 7.1g	エネルギー 1426kcal 蛋白質 55g 脂質 36.1g 食塩相当 6.4g	エネルギー 1528kcal 蛋白質 58.6g 脂質 44.6g 食塩相当 6.7g	エネルギー 1451kcal 蛋白質 61.9g 脂質 38g 食塩相当 8g	エネルギー 948kcal 蛋白質 38.8g 脂質 18.2g 食塩相当 4.9g

・ ★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



かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月22日(金)		8月23日(土)		8月24日(日)		8月25日(月)		8月26日(火)		8月27日(水)		8月28日(木)	
朝	★食パン(8枚切)		御飯		御飯		御飯		★食パン(8枚切)		御飯		御飯	
	目玉焼き		ウインナーと野菜の炒め物		かつおと白菜の煮浸し		チキンオムレツ		肉団子のコンソメ煮		かまぼこと野菜の炒め物		ちくわと大根の炒め煮	
	野菜ソテー		ポテトサラダ		納豆		ひじき煮		パンプキンサラダ		ごましそ納豆		モロヘイヤとオクラの生姜和え	
	ジャム(ブルーベリー)		味噌汁(もやし・ねぎ)		味噌汁(じゃが芋・しめじ)		味噌汁(青菜・椎茸)		ジャム(イチゴ)		味噌汁(じゃが芋・葉)		味噌汁(わかめ・ねぎ)	
	カルシウム牛乳		カルシウム牛乳		カルシウム牛乳		カルシウム牛乳		カルシウム牛乳		カルシウム牛乳		カルシウム牛乳	
昼	★麦菜飯		★冷やしとろろそば		御飯		★麦ごはん		★そうめん		御飯		★ゆかり麦ごはん	
	さばの塩焼き		いんげんと卵の炒め物		メバルの照焼き		豚肉のからしみそ炒め		かき揚げ		たらの揚げ浸し		えびの卵焼き	
	豚とキャベツの炒め物		鶏と大根の煮物		湯豆腐		花野菜のサラダ		鶏ときゅうりの和え物		卵とじ		野菜のそぼろ炒め	
	オクラの和え物				なすのポン酢和え		とろろとオクラの梅風味				きゅうりの和え物		めかぶ和え	
夕	御飯		御飯		御飯		御飯		御飯		御飯		御飯	
	揚げ豆腐の野菜あんかけ		ほきの梅肉焼き		親子煮		友禅蒸し		赤魚の塩麹焼き		和風ハンバーグ		豚肉の生姜焼き	
	れんこんと昆布の甘辛煮		ちくわの磯辺揚げ		キャベツの酢みそかけ		じゃが芋のカレー炒め		なすのそぼろ煮		えびとチンゲン菜の炒め物		きんぴらごぼう	
	フルーツ(パイン缶)		花野菜の和え物		ゼリー(ピーチ)		ほうれん草のおかか和え		チンゲン菜の和え物		いんげんとコーンのサラダ		さつまいもサラダ	
	お吸物(大根・ねぎ)		お吸物(わかめ・ねぎ)		お吸物(麩・ねぎ)		味噌汁(かぶ)		味噌汁(白菜)		お吸物(とろろ昆布・ねぎ)		お吸物(青菜・揚げ)	
一日合計	1356kcal		1402kcal		1438kcal		1419kcal		1462kcal		1414kcal		1445kcal	
	蛋白質	54.5 g	蛋白質	57.3 g	蛋白質	62.5 g	蛋白質	60 g	蛋白質	59.7 g	蛋白質	58.7 g	蛋白質	55.5 g
	脂質	42 g	脂質	33.9 g	脂質	33.8 g	脂質	34 g	脂質	46.9 g	脂質	33.9 g	脂質	40.4 g
	食塩相当	5.7 g	食塩相当	8.1 g	食塩相当	6.3 g	食塩相当	6.5 g	食塩相当	7.6 g	食塩相当	7 g	食塩相当	6.6 g

・ ★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29日(金)		8月30日(土)		8月31日(日)							
朝	★食パン(8枚切)		御飯		御飯							
	プレーンオムレツ		ツナと豆腐の炒め煮		いんげんの炒め物							
	マカロニサラダ		温泉卵		納豆							
	ジャム(りんご)		味噌汁(キャベツ)		味噌汁(大根)							
	カルシウム牛乳		カルシウム牛乳		カルシウム牛乳							
昼	御飯		★麦ごはん		御飯							
	鶏肉とさつま芋の甘辛煮		ほっけの塩焼き		豚肉と卵のトマト炒め							
	キャベツの和え物		なすの田楽		水餃子							
	ゼリー(青りんご)		白菜の昆布和え		チンゲン菜の中華和え							
夕	御飯		御飯		御飯							
	メバルの梅肉焼き		肉団子の南蛮漬け		あじの山椒焼き							
	春雨の炒め物		えびともやしの炒め物		じゃが芋のきんぴら							
	大根のごま和え		ゼリー(パイン)		ほうれん草の白和え							
	味噌汁(じゃが芋・揚げ)		お吸物(青菜)		お吸物(素麺・椎茸)							
一日合計	エネルギー	1392kcal	エネルギー	1436kcal	エネルギー	1442kcal						
	蛋白質	55.9 g	蛋白質	59.5 g	蛋白質	63.6 g						
	脂質	33.7 g	脂質	35.7 g	脂質	33.3 g						
	食塩相当	5.5 g	食塩相当	5.7 g	食塩相当	6.8 g						

・ ★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