



8月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月1日(土)		8月2日(日)		8月3日(月)		8月4日(火)		8月5日(水)		8月6日(木)		8月7日(金)	
朝	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		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(麩・葉) 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(メイプル) 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(りんご) カルシウム牛乳	
昼	★麦ごはん ほっけの塩焼き なすの田楽 白菜の昆布和え		★かに雑炊 豚肉と卵のトマト炒め 水餃子		★たらこパタースパゲッティ 白身魚フライ オクラの酢の物		★麦ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き マカロニソテー レタスサラダ		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)		★麦ごはん 魚の和風ムニエル そぼろとじゃが芋のみそ炒め 大根サラダ		★梅こんぶ粥 さばの香味焼き チンゲン菜のごま和え	
夕	御飯 肉団子の南蛮漬け えびともやしの炒め物 フルーツ(みかん缶) お吸物(青菜)		御飯 あじの山椒焼き じゃが芋のきんぴら ほうれん草の白和え お吸物(素麺・椎茸)		御飯 麻婆豆腐 もやしのナムル ムース(いちご) 中華スープ(春雨・青菜)		御飯 白身魚のカレー風味焼き ベーコンと野菜の炒め物 切干大根の和え物 お吸物(豆腐・ねぎ)		御飯 あさりの卵とじ 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 大根の旨煮 もやしの和え物 中華スープ(卵・ねぎ)		御飯 こんぶと生姜の卵焼き じゃがいものそぼろ炒め えびと花野菜のサラダ 味噌汁(大根・椎茸)	
一日合計	エネルギー	1445kcal	エネルギー	1355kcal	エネルギー	1429kcal	エネルギー	1356kcal	エネルギー	1501kcal	エネルギー	1431kcal	エネルギー	1252kcal
	蛋白質	61.7g	蛋白質	65.4g	蛋白質	62g	蛋白質	58.1g	蛋白質	62.8g	蛋白質	62.9g	蛋白質	55.5g
	脂質	37.2g	脂質	34.1g	脂質	27.3g	脂質	42.6g	脂質	33.3g	脂質	35.2g	脂質	35.6g
	食塩相当	5.8g	食塩相当	7.1g	食塩相当	6.8g	食塩相当	6.5g	食塩相当	7.4g	食塩相当	7.5g	食塩相当	6.7g

・ ★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8日(土)		8月9日(日)		8月10日(月)		8月11日(火)		8月12日(水)		8月13日(木)		8月14日(金)		
朝	御飯 いわし蒲焼き 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 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 ミニポテト ジャム(メイプル) 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 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(黄桃缶) ジャム(ブルーベリー) カルシウム牛乳		
	★サンマーマン かに焼売 フルーツ(黄桃缶)		★トマトリゾット風 赤魚のバター醤油焼き なすのみそ炒め 		御飯 白身魚のクリーム煮 大根サラダ ゼリー(オレンジ)		★ピリ辛そぼろうどん 水餃子(ポン酢) チキンときゅうりの和え物		★鶏雑炊 あじの塩麹焼き キャベツのソテー		◇今月のスイーツ◇ 御飯 ハンバーグ 青菜とコーンのソテー デザート(レディーボーデン) 		★冷やしそば 厚揚げのおろしポン酢 さつまいもサラダ		
	御飯 豆腐ときのこの炒め物 小松菜と卵の炒め物 もずくときゅうりの和え物 お吸物(麩・葉)		御飯 卵とえびの中華炒め 肉焼売 チンゲン菜の和え物 中華スープ(豆腐・春雨)		御飯 豚肉のごまだれかけ さつま芋の甘煮 春雨の和え物 お吸物(青菜・椎茸)		御飯 オムレツ デミソースかけ ほうれん草のソテー ゼリー(ピーチ) 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 豆腐のねぎ塩そぼろのせ 肉じゃが キャベツの昆布和え お吸物(素麺・葉)		御飯 とんかつ ひじき煮 白菜の梅和え 味噌汁(麩・わかめ)		
	一日合計	Iエネルギー	1518kcal	Iエネルギー	1347kcal	Iエネルギー	1458kcal	Iエネルギー	1461kcal	Iエネルギー	1409kcal	Iエネルギー	1666kcal	Iエネルギー	1546kcal
		蛋白質	63.9g	蛋白質	65.5g	蛋白質	59g	蛋白質	57.9g	蛋白質	67.6g	蛋白質	59.9g	蛋白質	59.5g
脂質		45.9g	脂質	36g	脂質	27g	脂質	43.8g	脂質	41.2g	脂質	48g	脂質	43.3g	
食塩相当		6.1g	食塩相当	7g	食塩相当	5.9g	食塩相当	6.8g	食塩相当	6.6g	食塩相当	6.5g	食塩相当	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(土)		8月16日(日)		8月17日(月)		8月18日(火)		8月19日(水)		8月20日(木)		8月21日(金)	
朝	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(メイプル) 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 モロヘイヤのお浸し 味噌汁(玉葱・葉) 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(パイン缶) ジャム(りんご) カルシウム牛乳	
昼	★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		★卵雑炊 肉団子のゆず風味 厚揚げとあさりの煮物		★麦ごはん キーマカレー レタスサラダ ムース(ピーチ)		◇◇8月季節食◇◇ うな井 冬瓜の煮物 白菜の昆布和え		★麦ごはん さばの照焼き 大豆そぼろとじゃが芋の煮物 花野菜のごま和え		★ナポリタン コロッケ フレンチサラダ		御飯 ほっけの塩焼き 焼きビーフン きゅうりの和え物	
夕	御飯 かわい焼き浸し ちくわとごぼうの煮物 大根サラダ 味噌汁(青菜)		御飯 たらの香り蒸し 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・麴)		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 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 豆腐の旨煮 かつおとなすの炒め物 めかぶ和え 味噌汁(玉葱・揚げ)	
一日合計	1人1日	1368kcal	1人1日	1337kcal	1人1日	1530kcal	1人1日	1456kcal	1人1日	1525kcal	1人1日	1444kcal	1人1日	1435kcal
	蛋白質	60.2g	蛋白質	59.3g	蛋白質	65.2g	蛋白質	64.6g	蛋白質	66.4g	蛋白質	52.4g	蛋白質	57g
	脂質	27.6g	脂質	32g	脂質	41.6g	脂質	48.6g	脂質	41.8g	脂質	33.8g	脂質	39.8g
	食塩相当	7.2g	食塩相当	7.9g	食塩相当	7g	食塩相当	6.9g	食塩相当	6.8g	食塩相当	6.8g	食塩相当	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



8月の献立



かわいの家

特別養護老人ホーム

	8月22日(土)	8月23日(日)	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)
朝	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 コーンコルスローサラダ ジャム(メイプル) 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(麩・青菜) カルシウム牛乳	★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
昼	御飯 白身魚の南蛮酢 大学芋 白菜の青じそ風味	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)	◇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	★梅しらす雑炊 鶏肉の山椒焼き 花野菜の炒め物	★麦ごはん 赤魚の蒲焼き 春雨の中華和え ムース(りんご)	★冷やしとろろそば 厚揚げのみそ炒め ごぼうのからしマヨサラダ	★かにクリームリゾット ツナオムレツ チキンとポテトのソテー
夕	御飯 ポークソテー もやしの和え物 フルーツ(みかん缶) 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 キャベツの和え物 お吸物(麩・ねぎ)	御飯 魚のチリソース れんこんの甘辛炒め 白菜のごま酢和え 味噌汁(青菜)	御飯 豚肉と卵の炒め物 なすの焼き浸し ひじきの白和え 中華スープ(わかめ・コーン)	御飯 鶏肉の塩麹炒め かぼちゃの煮物 ムース(バナナ) お吸物(大根・揚げ)	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・麩)
一日合計	1445kcal 60.4g 32.2g 6g	1427kcal 63.6g 31g 6.2g	1483kcal 61.8g 37.5g 8g	1290kcal 61.8g 40g 6.6g	1496kcal 61g 41.3g 6.1g	1508kcal 62.6g 38.6g 7.5g	1424kcal 54.6g 54g 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29日(土)		8月30日(日)		8月31日(月)							
朝	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							
	★麦ごはん 豆腐の生姜炒め 大根の煮物 とろろ芋		★卵と青菜の雑炊 肉団子と春雨のオイスター炒め えび焼売		★麦ごはん あじフライ・コロケ 湯豆腐 もやしの和え物							
	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 きんぴらごぼう ゆかり和え お吸物(里芋・葉)		御飯 焼肉風 大根とキノコの炒め煮 ほうれん草のごま和え お吸物(わかめ・ねぎ)							
	I初バー 1477kcal 蛋白質 60.9g 脂質 36.2g 食塩相当 7.5g		I初バー 1354kcal 蛋白質 55.7g 脂質 34.7g 食塩相当 7.3g		I初バー 1473kcal 蛋白質 58.5g 脂質 38.7g 食塩相当 6.5g							
一日合計												

・ ★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