



2024年8月通常献立表



※事業所によってはおやつを提供があります。
 ※病状によっては通常と異なる献立の場合があります。

	01日(木)	02日(金)	03日(土)	04日(日)	05日(月)	06日(火)	07日(水)						
朝	ご飯 かにかま入りふんわり卵 小松菜のお浸し たいみそ みそ汁(もやし・ねぎ) 牛乳	ご飯 肉詰めいなりの煮物 ちくわとチンゲン菜の和え物 ふりかけ(のりたま) みそ汁(さつま芋・大根葉) 牛乳	ご飯 野菜炒め スパゲティサラダ 香の物(しば漬け) みそ汁(しろな・しめじ) 牛乳	ご飯 じゃが芋のそぼろ炒め煮 ほうれん草のごま醤油和え ふりかけ(しそ) みそ汁(えのき・うずまき麩) 牛乳	ご飯 がんもと冬瓜の煮物 温泉卵 かつおおかか みそ汁(玉葱・貝割) 牛乳	ご飯 炒り豆腐 青菜とホタテの和え物 香の物(つぼ漬け) みそ汁(もやし・大根葉) 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーのサラダ ふりかけ(さけ) みそ汁(しろな・おつゆ麩) 牛乳						
昼	ご飯 豚肉の照り焼き 付) 畑菜 切干大根の炒め煮 フルーツ(キウイ) みそ汁(かぶ葉・おつゆ麩)	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 付) 花人参・いんげん なすのみそ炒め フルーツ(パイナップル) お吸物(ほうれん草・かまぼこ)	ご飯 あじの七味焼き 付) 小松菜 かぶと絹あげの含め煮 きゃらぶき みそ汁(玉葱・ワカメ)	えびピラフ キッシュ風オムレツ 付) スナップエンドウ ピクルス フルーツ(バナナ) コンソメスープ(畑菜・長葱)	ご飯 金目鯛の煮付け 付) しろな・花麩 れんこんの甘辛炒め フルーツ(パイナップル) みそ汁(大根・かぶ葉)	ご飯 豚肉の生姜焼き 付) キャベツ オクラとみょうがのしそ風味和え フルーツ(キウイ) みそ汁(ほうれん草・しめじ)	ご飯 赤魚のバター醤油焼き 付) アスパラ 小松菜のわさび和え 冷奴 みそ汁(さつま芋・ワカメ)						
夕	ご飯 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め ブロッコリーの和風サラダ フルーツ缶(ミックス)	ご飯 白身魚の香味焼き 付) そら豆 きんぴらごぼう フルーツ缶(黄桃) きゅうりの和え物	ご飯 豚肉と野菜のオイスター炒め かに焼売 大根の中華和え フルーツ(オレンジ)	ご飯 さわらの漬け焼き 付) 金時豆・いんげん ひじきの煮物 フルーツ缶(マンゴー) 白菜のゆかり和え	ご飯 鶏肉のバジル焼き 付) ブロッコリー・トマト 小松菜とベーコンの炒め物 マカロニサラダ フルーツ缶(黄桃)	ご飯 牛肉のねぎ塩麩焼き 付) 大根おろし 鶏肉と里芋の煮物 二色和え フルーツ缶(ミックス)	ご飯 チキンカツ ソース) 付) スナップエンドウ 冬瓜の信田煮 フルーツ(オレンジ) 茶福豆						
エネルギー	1680kcal	エネルギー	1536kcal	エネルギー	1606kcal	エネルギー	1666kcal	エネルギー	1623kcal	エネルギー	1584kcal	エネルギー	1607kcal
蛋白質	69.8g	蛋白質	62.4g	蛋白質	63.2g	蛋白質	70.1g	蛋白質	64.5g	蛋白質	73.3g	蛋白質	63.5g
脂質	46.1g	脂質	35.9g	脂質	47.5g	脂質	38.5g	脂質	43.9g	脂質	39g	脂質	43.9g
炭水化物	256.7g	炭水化物	249.9g	炭水化物	240.9g	炭水化物	270g	炭水化物	250g	炭水化物	249g	炭水化物	250.6g
食塩相当	6.6g	食塩相当	7.1g	食塩相当	7.4g	食塩相当	8.7g	食塩相当	6.9g	食塩相当	6.7g	食塩相当	6.5g



	08日(木)		09日(金)		10日(土)		11日(日)		12日(月)		13日(火)		14日(水)	
朝	ご飯 つみれと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え たいみそ みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳		ご飯 厚揚げの含め煮 長芋とろろ あみえび佃煮 みそ汁(キャベツ・しめじ) 牛乳		ご飯 ふんわり寄せの煮物 小松菜の錦糸和え ふりかけ(カツオ) みそ汁(もやし・ワカメ) 牛乳		ご飯 納豆 大根と豚肉の炒り煮 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(長葱・うずまき麩) 牛乳		ご飯 野菜炒め 二色和え ふりかけ(しそ) みそ汁(里芋・ねぎ) 牛乳		ご飯 ちくわの甘辛煮 小松菜の磯和え うずら豆 みそ汁(冬瓜・大根葉) 牛乳		ご飯 肉豆腐 オクラのおかか和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(白菜・うずまき麩) 牛乳	
	冷やしそば 天ぷら二種盛り(えび・かき揚げ) 鶏肉と大根の炒め煮 ゼリー		ご飯 中華卵焼き 甘酢あん) ピーマン炒め フルーツ(キウイ) 中華スープ(チンゲン菜・長葱)		ご飯 牛肉のしぐれ煮 卵の花 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(畑菜・えのき)		ご飯 鶏肉のレモンソースかけ レモンソース) 付)ピーマン ほうれん草とカニカマの和え フルーツ缶(黄桃) みそ汁(かぶ・かぶ葉)		オムライス デミグラスソース) えびとキャベツのサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ(玉葱・人参)		ご飯 プルコギ 大根サラダ フルーツ缶(りんご) 中華スープ(もやし・しろな)		炊き込みご飯 ほっけの塩焼き 付)おろし・レモン ひじきの煮物 フルーツ(バナナ) みそ汁(畑菜・長葱)	
夕	ご飯 白身魚の辛子マヨネーズ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 ブロッコリーのごま和え フルーツ(パイナップル)		ご飯 豚肉と茄子の味噌炒め 白菜の煮浸し フルーツ缶(マンゴー) 香の物(桜だいこん)		ご飯 しいらのトマトソース トマトソース) 付)ブロッコリー じゃが芋のカレー炒め フルーツ(オレンジ) 人参サラダ		ご飯 牛肉のみりん焼き 付)しろな れんこんきんぴら フルーツ(キウイ) 香の物(しば漬)		ご飯 ポークソテー 付)ブロッコリー・トマト チンゲン菜の煮浸し 豆腐サラダ フルーツ(パイナップル)		ご飯 さばの漬け焼き 付)いんげん じゃが芋の炒め煮 フルーツ(キウイ) 香の物(つぼ漬)		ご飯 鶏肉のみそ焼き 付) ピーマン なすの揚げ浸し フルーツ缶(マンゴー) きゅうりの酢の物	
	エネルギー	1623kcal	エネルギー	1622kcal	エネルギー	1597kcal	エネルギー	1647kcal	エネルギー	1628kcal	エネルギー	1595kcal	エネルギー	1581kcal
蛋白質	62.4g	蛋白質	58.4g	蛋白質	70.8g	蛋白質	68.2g	蛋白質	66.7g	蛋白質	66.9g	蛋白質	67.2g	
脂質	37g	脂質	42.4g	脂質	38.7g	脂質	46.3g	脂質	43.9g	脂質	41.2g	脂質	38g	
炭水化物	270.4g	炭水化物	258.8g	炭水化物	253.9g	炭水化物	250.6g	炭水化物	251.2g	炭水化物	254.9g	炭水化物	250g	
食塩相当	7.6g	食塩相当	7g	食塩相当	7.7g	食塩相当	6.2g	食塩相当	8.3g	食塩相当	7g	食塩相当	8.1g	

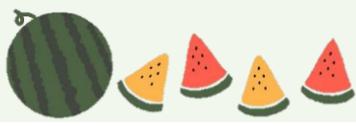


	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)						
朝	ご飯 卵とし チンゲン菜と卵の和え物 のり佃煮 みそ汁(もやし・油揚げ) 牛乳	ご飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(おつゆ麩・畑菜) 牛乳	ご飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のおかか和え あみえび佃煮 みそ汁(さつま芋・えのき) 牛乳	ご飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ(カツオ) みそ汁(キャベツ・ワカメ) 牛乳	ご飯 だし巻き卵 付)大根おろし オクラのなめたけ和え たいみそ みそ汁(豆腐・大根葉) 牛乳	ご飯 にしんの梅煮 付)いんげん 小松菜のわさび和え 香の物(桜だいかん) みそ汁(しめじ・かぶ葉) 牛乳	ご飯 じゃが芋とツナの炒め物 温泉卵 ふりかけ(しそ) みそ汁(しろな・おつゆ麩) 牛乳						
昼	ご飯 メバルの煮付け 付)しろな・花人参 南瓜のごま和え フルーツ(パイナップル) みそ汁(豆腐・ワカメ)	ご飯 彩りそうめん 蒸し鶏の香味ソースかけ なすとかぼちゃの煮物 ヨーグルトババロア	ご飯 赤魚のごま醤油焼き 付)そら豆 切干大根の煮物 フルーツ(オレンジ) お吸物(花麩・貝割)	ご飯 鶏肉のオニオンソース オニオンソース) 付)ピーマン スパゲティサラダ フルーツ(パイナップル) みそ汁(チンゲン菜・椎茸)	ご飯 豚肉のゆず醤油炒め もやしと畑菜の和え物 フルーツ(オレンジ) みそ汁(じゃが芋・ねぎ)	シーフードカレー カリフラワーサラダ フルーツ(キウイ) 香の物(福神漬)	ご飯 牛肉の香味焼き 付)ピーマン 二色浸し フルーツ(パイナップル) みそ汁(玉葱・貝割)						
夕	ご飯 豚肉と夏野菜の中華炒め えび焼売 大根のさっぱり和え フルーツ缶(みかん)	ご飯 あじの山椒焼き 付)ほうれん草 肉じゃが オクラのポン酢和え フルーツ(キウイ)	ご飯 豚肉の葱塩炒め 付)温野菜 かぼちゃの煮物 フルーツ缶(りんご) 香の物(赤しその実漬)	ご飯 フライ二種盛り(えび・ホタテ) 付)スナップエンドウ 白菜の煮浸し フルーツ缶(ミックス) 冷やしトマト	ご飯 松風焼き 付)しろな 冬瓜のカニカマあんかけ なすの香味和え 昆布豆	ご飯 豆腐チャンプル 焼き餃子 フルーツ缶(白桃) チンゲン菜の中華和え	ご飯 トンテキ たれ) 付)スナップエンドウ・トマト ぜんまい煮 フルーツ缶(みかん) きゅうりの塩昆布和え						
エネルギー	1600kcal	エネルギー	1512kcal	エネルギー	1544kcal	エネルギー	1544kcal	エネルギー	1700kcal	エネルギー	1635kcal	エネルギー	1629kcal
蛋白質	65.8g	蛋白質	71g	蛋白質	64.8g	蛋白質	53.3g	蛋白質	71.1g	蛋白質	68.8g	蛋白質	69.2g
脂質	39.5g	脂質	34.8g	脂質	34.1g	脂質	36.7g	脂質	49.4g	脂質	44.4g	脂質	45.6g
炭水化物	252.6g	炭水化物	241.1g	炭水化物	253.5g	炭水化物	261.1g	炭水化物	248.7g	炭水化物	249.9g	炭水化物	245.5g
食塩相当	7g	食塩相当	9.6g	食塩相当	6.4g	食塩相当	6.9g	食塩相当	7.1g	食塩相当	7.7g	食塩相当	6.7g



		22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)					
朝 昼 夕	朝	ご飯 ウイナーソーテー ほうれん草のごま和え 金山寺みそ みそ汁(キャベツ・大根葉) 牛乳	ご飯 肉詰めいなりの煮物 いんげんのピーナッツ和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(白菜・ワカメ) 牛乳	ご飯 納豆 切干大根の煮物 香の物(きゅうり漬け) みそ汁(もやし・ねぎ) 牛乳	ご飯 和風スクランブルエッグ 白菜のおかか和え ふりかけ(しそ) みそ汁(冬瓜・油揚げ) 牛乳	ご飯 なすのそぼろ煮 冷奴 香の物(つぼ漬け) みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	ご飯 とりつくね 付)いんげん マカロニサラダ かつおおかか みそ汁(ほうれん草・うずまき麩) 牛乳	ご飯 厚揚げとかぶの煮物 長芋とろろ 香の物(しば漬け) みそ汁(小松菜・えのき) 牛乳					
	昼	わかめご飯 鶏肉の梅みそ焼き 付)小松菜 つみれと冬瓜の煮物 フルーツ(オレンジ) お吸物(花麩・みつば)	ご飯 豚肉とピーマンのオイスターソース炒め パンプキンサラダ フルーツ(キウイ) みそ汁(畑菜・長葱)	ご飯 鶏肉のマスタード焼き 付)ブロッコリー なすの煮物 フルーツ缶(みかん) みそ汁(しろな・うずまき麩)	ご飯 まぐろハンバーグ テリヤキソース) 付)いんげん れんこんの炒り煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐・かぶ葉)	ごまだれ冷やし中華 春巻き チンゲン菜のしらす炒め 杏仁フルーツ	ご飯 白身魚のチーズ焼き 付)アスパラ 夏野菜のトマト煮 フルーツ(メロン) コンソメスープ(キャベツ・ワカメ)	ご飯 八宝菜 焼売 フルーツ(オレンジ) 中華スープ(冬瓜・ねぎ)					
	夕	ご飯 さばの七味焼き 付)大根おろし 里芋の煮っころがし ブロッコリーの和風サラダ フルーツ缶(黄桃)	ご飯 千草焼き 和風あん) かぶの含め煮 チンゲン菜の辛子和え きゃらぶき	ご飯 黄金かれいの生姜煮 付)オクラ・花人参 じゃが芋の甘辛炒め 青菜の酢みそがけ フルーツ(パイ)	ご飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 畑菜とかまぼこの和え物 フルーツ(キウイ)	ご飯 ほっけの塩麹焼き 付)おろし・オクラ きんぴらごぼう フルーツ(オレンジ) もずく酢	ご飯 牛肉の玉葱ソースかけ 玉葱ソース) 付)スナップエンドウ 里芋とちくわの含め煮 フルーツ缶(黄桃) カリフラワーの甘酢漬	ご飯 鶏肉のみそバター焼き 付)ピーマン ひじきの煮物 フルーツ缶(マンゴー) きゅうりの和え物					
エネルギー	1613kcal	エネルギー	1600kcal	エネルギー	1558kcal	エネルギー	1629kcal	エネルギー	1592kcal	エネルギー	1657kcal	エネルギー	1589kcal
蛋白質	67.5g	蛋白質	65.6g	蛋白質	67.1g	蛋白質	62.9g	蛋白質	63.7g	蛋白質	70.9g	蛋白質	64.9g
脂質	46g	脂質	46g	脂質	39.3g	脂質	35.6g	脂質	39g	脂質	45.3g	脂質	39.6g
炭水化物	248g	炭水化物	240.3g	炭水化物	242.5g	炭水化物	275.1g	炭水化物	254g	炭水化物	254.1g	炭水化物	249.8g
食塩相当	8g	食塩相当	7.5g	食塩相当	7.1g	食塩相当	7.7g	食塩相当	8.6g	食塩相当	6.7g	食塩相当	6.6g



	29日(木)	30日(金)	31日(土)										
朝	ご飯 さつま揚げの炒め煮 ほうれん草としめじの和え物 ふりかけ(カツオ) みそ汁(もやし・おつゆ麩) 牛乳	ご飯 だし巻き卵 付)茶福豆 青菜の和え物 たいみそ みそ汁(長葱・油揚げ) 牛乳	ご飯 炒り豆腐 白菜のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(かぶ・大根葉) 牛乳										
	ご飯 あじの漬け焼き 付)畑菜 いんげんのごまマヨネーズ和 季節の果物(梨) みそ汁(豆腐・大根葉)	ご飯 ミートローフ ソース) 付)彩り野菜 ブロッコリーのサラダ フルーツ(パイナップル) コンソメスープ(マカロニ・人参)	茄子とひき肉のカレー サラダ 香の物 フルーツ(すいか) 										
夕	ご飯 チキンのカレーグリル 付)アスパラ ジャーマンポテト フルーツ缶(ミックス) 香の物(青しその実漬け)	ご飯 赤魚の香味焼き 付)スナップエンドウ 鶏肉と冬瓜のスープ煮 キャベツのゆかり和え フルーツ缶(黄桃)	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め イカと里芋の煮物 ごぼうサラダ フルーツ(オレンジ)										
	エネルギー	1577kcal	エネルギー	1587kcal	エネルギー	1755kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー
蛋白質	65.5g	蛋白質	66.6g	蛋白質	63.4g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g
脂質	41.7g	脂質	40.2g	脂質	59.8g	脂質	g	脂質	g	脂質	g	脂質	g
炭水化物	247.3g	炭水化物	251.1g	炭水化物	248g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g
食塩相当	7.5g	食塩相当	6.5g	食塩相当	7.2g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g

