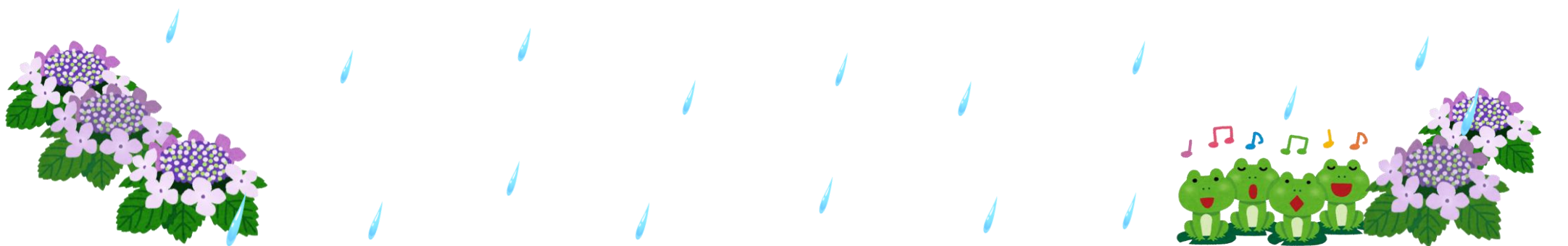


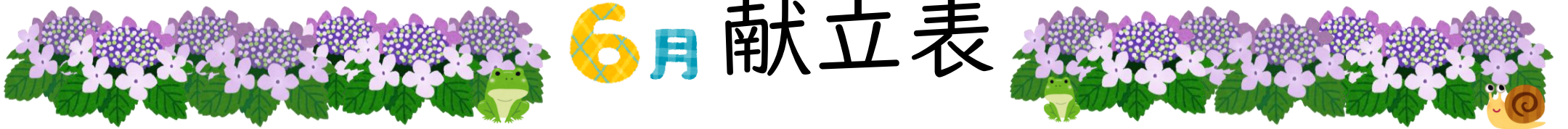
常食				特別養護老人ホーム 夢眠さくら																	
令和07年06月01日(日)				2日(月)		3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金)		7日(土)							
朝	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 鶏の焦がし醤油 &ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの炒め物 【UP↑】ﾌﾞﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ			おむすび(青じそ・白) 【UP↑】具沢山のお味噌汁 銀鮭の塩焼き &ほうれん草の煮浸し 牛乳			御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 だし巻きたまご &ｶﾜﾌﾗﾜｰおかか 【UP↑】ﾊﾞﾆｰﾖｰｸﾞﾙﾄ			ﾎﾀﾃとたまごのお粥 鶏肉の梅しそ焼き &菜の花の煮浸し 牛乳			御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 めばるの煮付け &里芋の煮物 牛乳			ﾀﾞﾌﾞﾙﾌｫｯﾄ ｼﾞｬﾑ(ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ) 【UP↑】ﾎﾞﾀｰｼﾞｬ 野菜入りｽｸﾗﾝﾌﾟﾙｴｯｸﾞ 【UP↑】ﾊﾞﾆｰﾖｰｸﾞﾙﾄ			御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 とりつくね &ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの炒め物 【UP↑】ﾌﾞﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ		
	◇定番! あじフライランチ 御飯 野菜たっぷりｽｰﾌﾟ あじﾌﾗｲとｸﾛｯｸ 付)ｽﾀｯﾌﾟ ﺍﾝﾄﾞｳ ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ)			◇そぼろ丼定食 二色そぼろ丼 味噌つみれ汁 大学芋 ﾖｰｸﾞﾙﾄ			◇THE・定番! 鮑カレー カレーライス かぼちゃのサラダ ゼリー 乳酸菌飲料			◇鮭のタルタル焼き定食 御飯 野菜を食べるｽｰﾌﾟ サーモンのﾏｵﾈｽﾞ 焼き 付)ﾋｰﾏﾝ 鶏もつ煮 ﾌﾙｰﾂ(りんご)			◇たまごうどん定食 たまごうどん 具) 豆腐の田楽 梅ごぼうサラダ ﾌﾙｰﾂ(ｶｸﾃﾙ缶)			◇赤魚の煮付け御膳 御飯 味噌ちゃんこ 赤魚の煮付け 付)貝割れ 真砂炒め ﾃﾞｻﾞｰﾄ(ゼリー)			◇松風御膳 御飯 のっぺい汁 松風焼き 付)さつま芋の甘煮 春雨サラダ ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ)		
おやつ	抹茶どらやき			ドームケーキ			せんべい ソフトサラダ			吹雪饅頭			白い風船 ミルク			抹茶プリン			おかき コﾝﾎﾞ ｵｰｼﾞｬ		
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豚の角煮 &青梗菜の煮浸し なます			御飯 【UP↑】夜の豚汁 ﾎｯｷﾐﾘﾝ焼き &いんげんの炒め物 納豆			御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 赤魚の味噌煮 &大根と人参の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの白ごま和え			御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 牛焼肉 &野菜ｼｬｰ ﾀﾏｺﾞ ｻﾗﾀﾞ			御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 さばの塩麹焼き &ひじきの煮物 ほうれん草のお浸し			御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 麻婆なす 青梗菜のﾅﾑﾙ			御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 ﾒﾏｸの照焼き &白菜の煮浸し ｵｸﾗのおかか和え		
	エネルギー 1773kcal 蛋白質 55g 食塩相当 6.4g			エネルギー 1777kcal 蛋白質 70.9g 食塩相当 6.8g			エネルギー 1612kcal 蛋白質 56.2g 食塩相当 7.1g			エネルギー 1658kcal 蛋白質 74.5g 食塩相当 6.3g			エネルギー 1607kcal 蛋白質 62.8g 食塩相当 8.4g			エネルギー 1577kcal 蛋白質 61.8g 食塩相当 7.6g			エネルギー 1579kcal 蛋白質 69.1g 食塩相当 7.1g		

8日(日)		9日(月)		10日(火)		11日(水)		12日(木)		13日(金)		14日(土)			
朝	御飯 【UP↑】朝の豚汁 あじのみりん焼き &南瓜の煮物 【UP↑】バナヨーグルト		御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 だし巻きたまご &菜の花の煮浸し 牛乳		御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 赤魚の煮付け &里芋の煮物 【UP↑】プレーンヨーグルト		ホテとたまごのお粥 鶏肉の照焼き &いんげんの炒め物 牛乳		御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 銀鮭の塩焼き &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】バナヨーグルト		ダブルソフト ジャム(いちご) 【UP↑】コンスーブ オムレツ〜トマトハヤシソース 【UP↑】プレーンヨーグルト		御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 とりつくね &白菜の煮浸し 【UP↑】バナヨーグルト		
	◇洋食ランチ バターライス クリームチャウダー 鶏肉のシャリアピン 付)ブロッコリー 人参サラダ デザート		◇たら野菜あんかけ定食 御飯 酸辣湯スープ たら野菜あんかけ 肉焼売 フルーツ(バナナ)		◇豚肉のスタミナ炒め定食 御飯 お吸い物 豚肉のスタミナ炒め がんもの煮物 フルーツ(キウイ)		◇パスタランチ(ミートソース) ミートソース バンブーコンスーブ グリーンサラダ デザート(ゼリー)		◇オムライスランチ オムライス コンソメスープ マリネ フルーツ(みかん缶)		◇下町中華セット(回鍋肉) 御飯 ワカメスープ 回鍋肉 春巻き フルーツ(りんご缶)		◇旅するランチ〜神奈川〜 しらす丼 わかん汁 天ぷら(2種) 紫陽花ゼリー		
おやつ		黒蜜パンケーキ		どらやきカスタード		豆乳ドーナツ		やわらかおかき きなこ		チョコパイ		カスタードケーキ		ソフトぼうろ	
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 銀ひらすのあおさおろし煮 かわらわりのゆかり和え		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 鶏肉のねぎ塩炒め いんげんの白ごま和え		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豆腐ハンバーグ &ひじきの煮物 ツナとブロッコリーのサラダ		御飯 【UP↑】夜の豚汁 さわらの西京焼き &切干大根煮 ごま豆腐		御飯 鶏肉のクリーム煮 菜の花の和え物 デザート(ゼリー)		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 めばるの中華蒸し &大根と人参の煮物 中華奴		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豚肉の生姜焼き &野菜炒め わらのゆかり和え		
	エネルギー	1636kcal	エネルギー	1769kcal	エネルギー	1795kcal	エネルギー	1674kcal	エネルギー	1765kcal	エネルギー	1828kcal	エネルギー	1590kcal	
蛋白質	69.7g	蛋白質	67.8g	蛋白質	61.8g	蛋白質	69.7g	蛋白質	57.6g	蛋白質	64.8g	蛋白質	61g		
食塩相当	7.3g	食塩相当	6.9g	食塩相当	7.1g	食塩相当	6.9g	食塩相当	5.8g	食塩相当	7.8g	食塩相当	7.5g		

15日(日)		16日(月)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)		21日(土)		
朝	御飯 【UP↑】朝の豚汁 銀ひらすの醤油麴焼き &ｶﾘﾌﾗﾜｰおかか 牛乳		御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 鶏肉の塩麴焼き &いんげんの炒め物 【UP↑】ﾊﾞﾆﾔｰｸﾞﾙﾄ		御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 赤魚の味噌煮 &大根と人参の煮物 【UP↑】ﾌﾞﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ		鮭とたまごのお粥 ぶりの照焼き &かぼちゃの煮物 牛乳		御飯 【UP↑】朝の豚汁 だし巻きたまご &ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの炒め物 【UP↑】ﾊﾞﾆﾔｰｸﾞﾙﾄ		おむすび(青じそ・白) 【UP↑】具沢山のお味噌汁 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ &野菜のﾄﾏﾄ煮込み 牛乳		御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 銀鮭の塩焼き &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】ﾌﾞﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ	
	◇チキン南蛮定食 御飯 野菜たっぷりｽｰﾌﾟ ﾁｷﾝ南蛮 付)ｽﾀｯﾌﾟ ﺍﾝﾄﾞｳ 春雨ｻﾗﾀﾞ ﾃﾞｻﾞｰﾄ(ﾍﾞﾘｰ)		◇鯖西京・おむすび御膳 おむすび(青じそ・塩) 野菜を食べる卵ｽｰﾌﾟ さわらの西京焼き 油麴とじゃが芋の煮物 ﾌﾙｰﾂ(赤肉ﾓﾛﾝ)		◇お出かけﾗﾝﾁ(ﾋﾞｸﾆｯｸ) ｻﾝﾄﾞｳｲｯﾁ 鶏のかち揚げ ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ(ｷｳｲ)		◇洋食屋さんのハンバーグランチ 御飯 ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ 和風ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｽﾃｰｷ 付)ﾏｯｼｭﾎﾟﾂﾄ 玉ねぎのマリネ ﾌﾙｰﾂ(洋梨缶)		◇かれのいの梅煮御膳 御飯 味噌ちゃんこ かれのいの梅煮 付)ｵｸﾗ しぎ茄子 ﾃﾞｻﾞｰﾄ(ﾍﾞﾘｰ)		◇かつ煮定食 御飯 味噌汁 かつ煮 きゅうりの浅漬け ﾃﾞｻﾞｰﾄ		◇懐かしのｺﾛｯｹ定食 御飯 さつま汁 ｺﾛｯｹ定食 付)ｷｬﾍﾞﾂ ﾊﾟﾆｰ炒め ﾌﾙｰﾂ(ﾎﾛﾝｼﾞ)	
おやつ	いちごゼリー		ヨーグルトゼリー		せんべい ぼたぼた焼		味噌饅頭		ピーチゼリー		ルマンド		※おやつなし	
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 さばの味噌煮 &里芋の煮物 納豆		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豚の角煮 &青梗菜の煮浸し とろろ		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 あじのみりん焼き &きんぴらごぼう ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの白ごま和え		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 ﾊﾞﾙのあおさおろし煮 ほうれん草のお浸し		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 炭火焼きﾁｷﾝ香味ｼｰｽ &野菜炒め ｶﾘﾌﾗﾜｰのゆかり和え		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 さばの塩焼き &かぼちゃの煮物 菜の花の和え物		御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 親子煮 ｵｸﾗのおかか和え	
	エネルギー	1801kcal	エネルギー	1553kcal	エネルギー	1599kcal	エネルギー	1704kcal	エネルギー	1587kcal	エネルギー	1785kcal	エネルギー	1704kcal
蛋白質	59.8g	蛋白質	55.6g	蛋白質	66.4g	蛋白質	67.8g	蛋白質	64.6g	蛋白質	58.8g	蛋白質	63.3g	
食塩相当	7g	食塩相当	6.2g	食塩相当	6.7g	食塩相当	8g	食塩相当	7.4g	食塩相当	7.5g	食塩相当	6.9g	

提供：日清医療食品株式会社





常食

特別養護老人ホーム 夢眠さくら

	22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
朝	タフルソフト ジャム(あんず) 【UP↑】ポータージュ ひき肉と玉葱のあんず野菜ソー 牛乳	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 銀ひらすの煮付け &里芋の煮物 【UP↑】バニラヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 とりつくね &ブロッコリーの炒め物 牛乳	鮭とたまごのお粥 鶏の焦がし醤油 &かぼちゃの煮物 牛乳	タフルソフト ジャム(りんご) 【UP↑】ポータージュ あんず具だくさんトマト煮 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 【UP↑】朝の豚汁 ホッケのみりん焼き &野菜炒め 牛乳	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 さばの塩麹焼き &カリフラワーおかか 【UP↑】バニラヨーグルト
昼	◇ミートローフランチ 御飯 パンフキンスープ ミートローフ 付) スナッPEndウ ナポリタン ヨーグルト	◇野菜たっぷりタンメン定食 タンメン マグロカツ フルーツ(バナナ) 	◇特製! 天津飯~甘酢が決めて♪ 天津飯 酸辣湯スープ 点心(焼売) 青梗菜のナムル	◇塩豚汁ランチ 御飯 塩豚汁 厚揚げの五目炒め 菜の花といかの酢味噌和え デザート	◇こだわりのビーフカレー ビーフカレー コールスローサラダ フルーツ(みかん缶) 乳酸菌飲料	◇本格! 麻婆豆腐定食 御飯 ワンタンスープ 麻婆豆腐 もやしの塩ごまダレ デザート(ゼリー)	◇お肉を食べよう! ランチ チャーシュー丼 温卵のせ 野菜たっぷり味噌汁 ポテトサラダ フルーツ(キウイ)
おやつ	コーヒータン乳プリン	バームロール	黒糖まんじゅう	バームクーヘン	酒饅頭	プリン	カスタードドーム
夕	御飯 【UP↑】夜の豚汁 メダの照焼き &いんげんの炒め物 納豆	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豚肉の生姜焼き &野菜炒め タコサラダ	御飯 【UP↑】夜の豚汁 赤魚のみりん焼き &きんぴらごぼう オクラの和え物	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 牛肉のしぐれ煮 &ほうれん草 ごま豆腐	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 ぶりの照焼き &青梗菜の煮浸し 納豆	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 鶏肉の梅しそ焼き &ひじきの煮物 大根なます	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 赤魚の煮付け &里芋の煮物 いんげんの白ごま和え
	エネルギー 1674kcal 蛋白質 65.5g 食塩相当 7g	エネルギー 1685kcal 蛋白質 62.9g 食塩相当 9.4g	エネルギー 1793kcal 蛋白質 62.8g 食塩相当 7.5g	エネルギー 1695kcal 蛋白質 68g 食塩相当 6.5g	エネルギー 1671kcal 蛋白質 64.2g 食塩相当 6.6g	エネルギー 1670kcal 蛋白質 63.1g 食塩相当 6.9g	エネルギー 1702kcal 蛋白質 62.5g 食塩相当 6.7g

	29日(日)	30日(月)				
朝	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 だし巻きたまご &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 【UP↑】朝の豚汁 さわらの西京焼き &菜の花の煮浸し 牛乳				
昼	◇ミックスフライランチ 御飯 オニオンスープ エビフライ&メンチカツ 付) ナポリタン 鶏もつ煮 フルーツ(白桃缶)	◇本日のランチ~夏越し祓 雑穀ごはん さつま汁 豚漬け 付)キャベツ オクラとみょうがの和え物 練り切り(水紋) 				
おやつ	和のパンケーキ 抹茶	おかき のりしお				
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 照焼きサバ &ブロッコリーの炒め物 とろろ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 銀ひらすの醤油麹焼き &切干大根煮 青梗菜のナムル				
	エネルギー 1691kcal 蛋白質 66.8g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1704kcal 蛋白質 60.8g 食塩相当 5.4g				

提供：日清医療食品株式会社

今月の栄養課おすすめメニュー

気持ちの良い春の気候も少しずつ蒸し暑い夏の空気になってきました。
今の時期からしっかりと栄養を摂り、本格的な夏に備えることが大切です。
6月は旬の梅を使った料理や夏越し祓のランチをご用意しています。



- ・14日(土)旅するランチ~神奈川~しらす丼
- ・16日(月)鯖西京・おむすび御膳 赤肉メロン
- ・19日(木)かれいの梅煮御膳

- ・20日(金)おでかけランチ~ピクニック
- ・23日(月)野菜たっぷりタンメン定食
- ・30日(月)本日のランチ~夏越し祓

