



7月献立表



常食

特別養護老人ホーム 夢眠さくら

	令和07年07月01日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
朝	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 とりつくね &かぼちゃの煮物 【UP↑】バナナヨーグルト	お粥とたまごのお粥 紅鮭の塩焼き &カリフラワーおなか 牛乳	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 【UP↑】プレーンヨーグルト	おおすび(青じそ・白) 【UP↑】具沢山のお味噌汁 鶏肉の塩麹焼き &ほうれん草の煮浸し 牛乳	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 さばの味噌煮 &大根と人参の煮物 【UP↑】バナナヨーグルト
昼	◇さばの塩焼き定食 御飯 けんちん汁 さばの塩焼き 付)大根おろし しぎ茄子 フルーツ(オレンジ)	◇旅するランチ～静岡～ 御飯 ワカメスープ 浜松餃子 キャベツの塩ごまダレ デザート	◇母さんの味!肉じゃが定食 御飯 野菜を食べる味噌汁 肉じゃが バナナ炒め フルーツ(キウイ)	◇松風御膳 御飯 のっぺい汁 松風焼き 付)さつま芋の甘煮 豆サラダ フルーツ(バナナ缶)	◇季節を満喫!夏野菜カレー 夏野菜カレー コールスローサラダ フルーツ(すいか) 乳酸菌飲料
おやつ	白い風船	抹茶どら焼き	黒糖饅頭	いちごゼリー	チョコドーナツ
夕	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 牛焼肉 &野菜サラダ ツナとブロッコリーのサラダ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 豆腐ハンバーグ &きんぴらごぼう おろしの和え物	御飯 【UP↑】夜の豚汁 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 たまごサラダ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 赤魚のみりん焼き &ひじきの煮物 納豆
	エネルギー 1605kcal 蛋白質 57.8g 食塩相当 6.1g	エネルギー 1799kcal 蛋白質 68.2g 食塩相当 6.3g	エネルギー 1718kcal 蛋白質 67g 食塩相当 7g	エネルギー 1652kcal 蛋白質 66g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1713kcal 蛋白質 59.5g 食塩相当 5.6g

	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	
朝	ダブルソフト ジャム(マレード) 【UP↑】ポタージュ ひき肉と玉葱のオムレツ 【UP↑】プレーンヨーグルト	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↑】バナナヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 だし巻きたまご &カリフラワーおなか 牛乳	お粥とたまごのお粥 鶏肉の梅しそ焼き &野菜炒め 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 【UP↑】バナナヨーグルト	ダブルソフト ジャム(いちご) 野菜入りスクランブルエッグ 【UP↑】コーンスープ 牛乳	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 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 とろろ
昼	◇下町中華セット チャーハン カニしゅうまい 杏仁フルーツ 卵スープ(卵・椎茸)	◇セタちらし御膳 セタちらし寿司 ミニそうめん 星のミトコロッケ 水まんじゅう	◇懐かしのコロッケ定食 御飯 さつま汁 コロッケ定食 付)キャベツ しらすときゅうりの和え物 フルーツ(オレンジ)	◇鮭のタルタル焼き定食 御飯 野菜を食べる和風スープ サーモンのタルタル焼き 付)ピーマン 鶏もつ煮 ヨーグルト	◇塩ちゃんこ定食 御飯 お吸い物(塩ちゃんこ) 千草焼き 和風あん 冬瓜となすの煮物 フルーツ(キウイ)	◇たらの野菜あんかけ定食 御飯 酸辣湯スープ たらの野菜あんかけ バナナ炒め フルーツ(バナナ)	◇おでかけランチ(吉野家) 牛丼 ワンタンスープ ポテトサラダ デザート	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 メダカ照焼き &白菜の煮浸し いんげんの白ごま和え
おやつ	チョコパイ	お星様ゼリー	味噌饅頭	豆乳ドーナツ	チョコドーナツ	パンケーキきなこ	ソフトサラダ	
夕	御飯 【UP↑】夏限定★酸辣湯スープ メダカ照焼き &白菜の煮浸し いんげんの白ごま和え	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 鶏肉の焦がし醤油 &かぼちゃの煮物 納豆	御飯 【UP↑】夜の豚汁 赤魚の味噌煮 &大根と人参の煮物 ブロッコリーの白ごま和え	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 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 メダカ照焼き &白菜の煮浸し おろしおなか和え	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 とろろ
	エネルギー 1577kcal 蛋白質 60.2g 食塩相当 7.7g	エネルギー 1650kcal 蛋白質 60.8g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1728kcal 蛋白質 58.9g 食塩相当 7.2g	エネルギー 1745kcal 蛋白質 71.4g 食塩相当 6.3g	エネルギー 1637kcal 蛋白質 64.4g 食塩相当 5.9g	エネルギー 1678kcal 蛋白質 63.4g 食塩相当 7.7g	エネルギー 1639kcal 蛋白質 56.4g 食塩相当 7.5g	

	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19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	ダブルソフト ジャム(ブルーベリー) 【UP↑】ポタージュ オムレツ 【UP↑】プレーンヨーグルト	お粥とたまごのお粥 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↑】バナナヨーグルト	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	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 とりつくね &白菜の煮浸し 【UP↑】バナナヨーグルト	御飯 【UP↑】具沢山のお味噌汁 とろろ
昼	◇豆腐ステーキ御膳 ゆかり御飯 のっぺい汁 豆腐ステーキ コロッケ フルーツ(りんご缶)	◇金目鯛の煮付け御膳 御飯 豚汁 金目鯛の煮付け 付)貝割れ 真砂炒め デザート(ゼリー)	◇冷しゃぶ定食 御飯 味噌汁 冷しゃぶ 油麩とじゃが芋の煮物 デザート(ゼリー)	◇チキン南蛮定食 御飯 野菜たっぷりスープ チキン南蛮 付)スナップエンドウ 春雨サラダ フルーツ(白桃缶)	◇特製肉味噌ジャージャー麺 ジャージャー麺 ごま油香るワカメスープ 大学芋 みかん缶	◇豚肉のスタミナ炒め定食 御飯 けんちん汁 豚肉のスタミナ炒め ツナと胡瓜の和え物 フルーツ(キウイ)	◇土用の丑の日 うなぎ丼 味噌ちゃんこ 天ぷら(2種) フルーツ(カゲル缶)	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 とろろ
おやつ	そふとぼうろ	カフェオーレゼリー	おかし コーンポタージュ	吹雪饅頭	カスタードケーキ	どら焼き すんだ	和のパンケーキ きなこ	
夕	御飯 【UP↑】夏限定★酸辣湯スープ 銀ひらすのあおさおろし煮 カリフラワーのゆかり和え	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 おろし豆腐ハンバーグ 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 とろろ	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 炭火焼き豚風味ソース &野菜炒め たまごサラダ	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 カリフラワーのゆかり和え	御飯 【UP↑】夜のお味噌汁 とろろ
	エネルギー 1778kcal 蛋白質 67.2g 食塩相当 6.5g	エネルギー 1611kcal 蛋白質 65.6g 食塩相当 6.8g	エネルギー 1812kcal 蛋白質 62.7g 食塩相当 8.2g	エネルギー 1746kcal 蛋白質 66.4g 食塩相当 6.5g	エネルギー 1803kcal 蛋白質 67.2g 食塩相当 5.9g	エネルギー 1606kcal 蛋白質 61.6g 食塩相当 6.3g	エネルギー 1626kcal 蛋白質 61.1g 食塩相当 7.7g	

提供: 日清医療食品株式会社



