



特別養護老人ホーム 夢眠さくら

朝				令和8年08月01日(土) 御飯 赤魚の煮付け & 大根と人参の煮物 【UP↑】 トロとわかめのお味噌汁 牛乳
昼	梅雨が明け、いよいよ夏本番の暑さがやってきました。 連日35℃～38℃の猛暑となり、対策しなければ数十分で熱中症や脱水症状になるほどの危険な暑さです。 食欲も落ちやすい時期ですので体力をつけるためにも意識してしっかり食事と水分を摂りましょう！			◆鶏の炙りみそ焼きセット 御飯 鶏の炙りみそ焼き & かぼちゃの煮物 ブロッコリーの和え物 フルーツ(バナナ) お吸い物
おやつ				味噌饅頭
夕	・ 5日(水) 夏の風物詩！涼麺定食 ・ 14日(金) 夏祭り～そば飯、つくねとポテト ・ 19日(水) 旅するランチ～沖縄～タコライス ・ 21日(金) 肉とろろそば定食 ・ 27日(木) 季節のランチ～夏～炊込みコーンご飯 ・ 28日(金) 旅するランチ～愛知～味噌かつ			御飯 さばの塩麹焼き & きんぴらごぼう ごま豆腐 【UP↑】 夜のお味噌汁
				1杯あたり 1618kcal 蛋白質 59.6g 食塩相当 5.4g

	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
朝	御飯 ホクみりん焼き &カワラワ-おかか 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】バナナヨーグルト	御飯 だし巻きたまご &いんげんの炒め物 【UP↑】朝の豚汁 牛乳	御飯 とりつくね &かぼちゃの煮物 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】バナナヨーグルト	朝のお粥(青菜たまご) 紅鮭の塩焼き &カワラワ-おかか 牛乳	御飯 さばの味噌煮 &大根と人参の煮物 【UP↑】具沢山のお味噌汁 牛乳	ダブルソフト ジャム(いちご) オムレツ～完熟トマトのハヤシソース 【UP↑】ポスターージュ 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 鶏肉の塩麹焼き &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】トックともずくのお味噌汁 牛乳
昼	◇えびフリカツとコロッケ定食 御飯 えびフリカツとメンチカツ 付)キャベツ なすの和え物 フルーツ(キウイ) にら玉汁	◇豚の香ばし漬け焼き定食 御飯 豚漬け 付)ソー きゅうりとみょうがの和え物 フルーツ(マンゴー) お吸い物	◇たらの味噌マヨ焼き御膳 御飯 たらの味噌マヨ焼き 付)大根おろし がんもと冬瓜の煮物 メロンスープ 野菜を食べる卵スープ	◇夏の風物詩!涼麺定食 棒棒鶏涼麺  春巻き きゅうりとぶどうゼリー ごま油香るワカメスープ	◇そぼろ丼定食 二色そぼろ丼 ほうれん草のお浸し ヨーグルト～マンゴーソース～ 味噌汁	◇豆腐ステーキ御膳 ゆかり御飯 豆腐ステーキ コロッケ フルーツ(バナナ) 味噌汁	◆八宝菜セット 御飯 八宝菜 いんげんの白ごま和え フルーツ(オレンジ) 中華スープ
おやつ	黒糖ムース	焼きチョコバナナ	黒糖饅頭	ドームケーキ	どらやき抹茶	星たべよ	バウムクーヘン
夕	御飯 鶏肉のクリーム煮 菜の花のお浸し きゅうきゅうとオレンジゼリー	御飯 さわらの西京焼き &切干大根煮 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き &野菜炒め ツナとポロコリーのサラダ 【UP↑】夜のくうま鶏スープ	御飯 豆腐ハンバーグ &具だくさんトマト煮 ほうれん草の和え物 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 まぐろの生姜煮 &青梗菜の煮浸し なすのおかか和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 牛焼肉 &野菜炒め タコサラダ 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 赤魚のみりん焼き &かぼちゃの煮物 オクラの和え物 【UP↑】夜の豚汁
	エネルギー 1708kcal	エネルギー 1622kcal	エネルギー 1664kcal	エネルギー 1683kcal	エネルギー 1618kcal	エネルギー 1755kcal	エネルギー 1581kcal
	蛋白質 56.7g	蛋白質 62.7g	蛋白質 64.4g	蛋白質 66g	蛋白質 67.8g	蛋白質 63.4g	蛋白質 57.3g
	食塩相当 5.2g	食塩相当 6.1g	食塩相当 7.1g	食塩相当 7.6g	食塩相当 6g	食塩相当 7.5g	食塩相当 5.4g

	9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
朝	御飯 銀ひらすの煮付け &菜の花の煮浸し 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】パニャーグルト	御飯 鶏肉の焦がし醤油 &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】パニャーグルト	御飯 だし巻きたまご &カワラーおかか 【UP↑】具沢山のお味噌汁 牛乳	朝のお粥(梅しそかつお) 照焼きチン &いんげんの炒め物 牛乳	ダブルソフト ジャム(りんご) 野菜入りスランパルエッグ 〜キャベツ汁〜 【UP↑】コーンスープ 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 銀鮭の塩焼き &ブロッコリーの炒め物 【UP↑】豆腐とわかめのお味噌汁 牛乳	御飯 めばるの煮付け &里芋の煮物 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】パニャーグルト
昼	◇ミートローフランチ 御飯 ミートローフ 付)ブロッコリー 人参サラダ フルーツ(白桃缶) 野菜を食べるスープ	◇あじの南蛮漬け定食 御飯 あじの南蛮漬け 油麩と冬瓜の煮物 ぎゅぎゅっとマンゴーゼリー 味噌汁	◇肉豆腐定食 御飯 肉豆腐 ツタきゅうりの和え物 フルーツ(バナナ) お吸い物	◇鮭のタルタル焼き定食 御飯 サーモンのタルタル焼き 付)ブロッコリー 茄子のペペロン炒め ヨーグルト 野菜を食べるトマトスープ	◇THE・定番!ポークカレー カレーライス 彩りサラダ〜人参ソース フルーツ(オレンジ) 乳酸菌飲料	◇夏祭り そば飯 屋台メニューつくねとポテ きゅうりとみょうがの浅漬け 季)すいかゼリー 卵スープ 	◆銀ひらすの醤油麹焼きセット 御飯 銀ひらすの醤油麹焼き &青梗菜の煮浸し 人参のツマヨサラダ プリンムス 味噌汁
おやつ	おかき きなこ	いちごグループ	お酒饅頭	カスタードケーキ	白い風船	ソフトクリーム	ずんだどら焼き
夕	御飯 ぶりの照焼き &ひじきの煮物 卵豆腐 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 麻婆なす 青梗菜のナムル 【UP↑】夜のこくうま鶏スープ	御飯 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 【UP↑】夜の豚汁	御飯 ビーマンの肉詰め &野菜ソテー 大根の甘酢和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 さばの塩焼き &ひじきの煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 かれいの煮付け &かぼちゃの煮物 なすのおかか和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 筑前煮 春菊のごま和え 【UP↑】夜のお味噌汁
	エネルギー 1562kcal	エネルギー 1593kcal	エネルギー 1754kcal	エネルギー 1733kcal	エネルギー 1751kcal	エネルギー 1657kcal	エネルギー 1495kcal
	蛋白質 62.4g	蛋白質 57g	蛋白質 68.4g	蛋白質 65.2g	蛋白質 63.9g	蛋白質 64.6g	蛋白質 62g
	食塩相当 5.4g	食塩相当 6.3g	食塩相当 6.5g	食塩相当 7.4g	食塩相当 6.9g	食塩相当 6.9g	食塩相当 6.2g

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

	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
朝	御飯 あじのみりん焼き &カリフラワーおかか 【UP↑】朝の豚汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 だし巻きたまご &菜の花の煮浸し 【UP↑】具沢山のお味噌汁 牛乳	御飯 鶏肉の梅しそ焼き &野菜炒め 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	朝のお粥(青菜たまご) 銀鮭の塩焼き &いんげんの炒め物 牛乳	御飯 赤魚の煮付け &里芋の煮物 【UP↑】トロとわかめのお味噌汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 ぶりの照焼き &かぼちゃの煮物 【UP↑】朝の味噌汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 とりつくね &白菜の煮浸し 【UP↑】具沢山のお味噌汁 牛乳
昼	◇お出かけランチ(吉野家) 御飯 牛皿 パン♪キンサラダ フルーツ(キウイ) 味噌汁	◇さばの塩焼き定食 御飯 さばの塩焼き 付)大根おろし いんげん炒め ぎゅぎゅっとマンゴゼリー お吸い物(素麺)	◇特製!天津飯~甘酢が決め手♪ 天津飯 点心(焼売) 小松菜のナムル ごま油香るワカメスープ	◇旅するランチ~沖縄~ タコライス もずくのかき揚げ マンゴヨーグルト アーサー汁 	◇擬製豆腐御膳 ゆかり御飯 擬製豆腐 付)オクラ 菜の花のごま和え フルーツ(バナナ) 味噌汁	◇肉とろろそば定食 肉とろろそば 具) なすとトマトの和え物 フルーツ(みかん缶) 	◆あじのみりん焼きセット 御飯 あじのみりん焼き &ひじきの煮物 オクラのおかか和え メロンフルーツ 味噌汁
おやつ	チョコレート饅頭	おかき コボデザート	ぼたぼた焼き	ルマント	トナツ	吹雪まんじゅう	チョコホームケーキ
夕	御飯 キャベツの重ね蒸し &具だくさんトマト煮 ほうれん草の和え物 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 豚じゃが オクラの和え物 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 ぶりと大根の煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 豚の角煮 &青梗菜の煮浸し カリフラワーの和え物 【UP↑】夜のこくうま鶏スープ	御飯 炭火焼きサシ~香味ソース &じゃが芋のきんぴら たまごサラダ 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 めばるの中華蒸し &大根と人参の煮物 青梗菜のナムル 【UP↑】夜の豚汁	御飯 八宝菜 いんげんの白ごま和え 【UP↑】夜のお味噌汁
	エネルギー 1651kcal 蛋白質 60.9g 食塩相当 6.9g	エネルギー 1731kcal 蛋白質 64.5g 食塩相当 6.6g	エネルギー 1627kcal 蛋白質 65.1g 食塩相当 7.6g	エネルギー 1763kcal 蛋白質 66.5g 食塩相当 6.4g	エネルギー 1552kcal 蛋白質 62.2g 食塩相当 6.9g	エネルギー 1616kcal 蛋白質 60.7g 食塩相当 5.8g	エネルギー 1700kcal 蛋白質 62.4g 食塩相当 6.7g

	23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
朝	ダブルソフト ジャム(ブルーベリー) オムレツ~トマトハヤシソース 【UP↑】コンソメスープ 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 赤魚の味噌煮 &大根と人参の煮物 【UP↑】トロとわかめのお味噌汁 牛乳	御飯 鶏肉の塩麴焼き &カリフラワーおかか 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	朝のお粥(梅しそかつお) 銀鮭の塩焼き &じゃが芋のきんぴら 牛乳	御飯 だし巻きたまご &青梗菜の煮浸し 【UP↑】具沢山のお味噌汁 牛乳	御飯 豆腐ハンバーグ &野菜のトマト煮込み 【UP↑】具沢山のお味噌汁 【UP↑】プレーンヨーグルト	御飯 さわらの西京焼き &ほうれん草の煮浸し 【UP↑】朝の豚汁 【UP↑】プレーンヨーグルト
昼	◇お肉を食べよう!ランチ チャーシュー丼 温卵のせ きゅうりの浅漬け フルーツ(パイ) 野菜たっぷりスープ	◇洋食屋さんの和風ハンバーグランチ 御飯 和風ハンバーグステーキ 付)ポロコリー 玉ねぎのマリネ フルーツ(バナナ) パン♪キンサラダ	◇豆腐チャンプル定食 御飯 豆腐のチャンプル 天ぷら(2種) フルーツ(黄桃缶) 春雨スープ	◇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 コロッケ 乳酸菌飲料	◇季節のランチ~夏~ 炊き込みご飯 赤魚の夏野菜ソース 彩り野菜のタルタル和え フルーツ(マンゴ-) コンソメスープ 	◇旅するランチ~愛知~ 御飯 味噌かつ 付)キャベツ 夏野菜の涼風おろし和え ぎゅぎゅっとぶどうゼリー 冬瓜汁 	◆牛焼肉セット 御飯 牛焼肉 &野菜炒め カリフラワーのおかかマヨ フルーツ(カキ缶) 味噌汁
おやつ	和のパンケーキ抹茶	上用饅頭	チョコレート	和のパンケーキきなこ	ソフトサラダ 	きみしぐれ	やわらかおかきのり
夕	御飯 銀ひらすの煮付け &里芋の煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 ホッケのみりん焼き &きんぴらごぼう 卵豆腐 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 牛肉のしぐれ煮 &ほうれん草 とろろ 【UP↑】夜の豚汁	御飯 たらのムニエル &ポロコリーソース いんげんの白ごま和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 鶏のさっぱり煮 菜の花の和え物 【UP↑】夜のこくうま鶏スープ	御飯 さばの塩焼き &かぼちゃの煮物 オクラの梅肉和え 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 親子煮 ポロコリーの和え物 【UP↑】夜のお味噌汁
	エネルギー 1687kcal 蛋白質 71.6g 食塩相当 6.5g	エネルギー 1592kcal 蛋白質 57.7g 食塩相当 6.5g	エネルギー 1596kcal 蛋白質 58.2g 食塩相当 5.9g	エネルギー 1762kcal 蛋白質 63.2g 食塩相当 6.9g	エネルギー 1591kcal 蛋白質 63.6g 食塩相当 8g	エネルギー 1671kcal 蛋白質 60.8g 食塩相当 7g	エネルギー 1588kcal 蛋白質 58.6g 食塩相当 6.7g

	30日(日)	31日(月)				
朝	ダブルソフト ジャム(メイプル) 野菜入りスクランブルエッグ~インゲン 【UP↑】ポタージュ 牛乳	御飯 とりつくね &カリフラワーおかか 【UP↑】具沢山のお味噌汁 牛乳				
昼	◇肉団子の甘酢炒め定食 御飯 肉団子の甘酢炒め きゅうりと搾菜の和え物 フルーツ(パイ) ごま油香る中華スープ	◇野菜たっぷり洋食ランチ 御飯 スパニッシュオムレツ 付)いんげん 春雨のたらこ炒め グレープゼリー トマトスープ				
おやつ	ホームロール	どら焼き小豆				
夕	御飯 メダカの照焼き &ひじきの煮物 納豆 【UP↑】夜のお味噌汁	御飯 青椒肉絲 青梗菜のナムル 【UP↑】夜のお味噌汁				
	エネルギー 1729kcal 蛋白質 62.2g 食塩相当 7.5g	エネルギー 1768kcal 蛋白質 59.1g 食塩相当 8.2g				

提供：日清医療食品株式会社