



8月

今週の献立

8月1日 ~ 8月3日

号室



		7/28(日)	7/29(月)	7/30(火)	7/31(水)	8/1(木)	8/2(金)	8/3(土)											
朝食	A (和食)	<p>♪冷やしメニュー月間♪ 夏本番の暑さになり、日差しも強くなって参りました。 ひととき暑さを吹き飛ばす冷やしメニューや、旬野菜を使用した献立を盛り込みました。 旅行気分献立は今月は沖縄県です。 ぜひご賞味ください。</p> <p>今月より振替食を選択できるようになりました。詳しくは献立等をご確認ください。</p>					じゃこ入り卵炒め オーロラサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 370kcal/ 2.7g	ピーマンと竹輪の生姜炒め ポテトサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 413kcal/ 2.7g	肉詰いなりの煮物 レタスサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 430kcal/ 2.8g										
	B (洋食)						グラタン オーロラサラダ ごまロール りんごジュース 559kcal/ 2.9g	夏野菜のソテー ポテトサラダ 食パン パンプキンスープ 478kcal/ 2.9g	ホットケーキ レタスサラダ ヨーグルト 野菜ジュース 489kcal/ 2.6g										
昼食	通常食											家常豆腐 もやしと山くらげの和え物 かに焼売 ご飯 中華スープ ピーチゼリー 593kcal/ 3.0g	鱈の大葉味噌焼き 大根と水菜の炒め 薩摩芋の蜜煮 ご飯 清まし汁 ドーナツ 497kcal/ 2.9g	豚カツ コーンサラダ 青梗菜の煮浸し ご飯 みそ汁 レモンゼリー 571kcal/ 3.6g					
	振替食											事前予約制 たぬきそば	事前予約制 たぬきそば	事前予約制 たぬきそば					
夕食	通常食																銀ヒラのパン粉焼き キャロットラペ チリコンカン ご飯 コンソメスープ 541kcal/ 3.2g	肉団子と空豆の甘辛炒め 白菜の柚子和え ごぼうの炒り煮 ご飯 みそ汁 514kcal/ 3.1g	鱈の生姜煮 オクラとしめじの梅和え ひじきの煮物 ご飯 清まし汁 514kcal/ 3.1g
	振替食																事前予約制 たぬきそば	事前予約制 たぬきそば	事前予約制 たぬきそば

●振替食 今週はたぬきそばです。

献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます(看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

エネルギー / 塩分



# 今週の献立

8月4日 ~ 8月10日



号室



		8/4(日)	8/5(月)	8/6(火)	8/7(水)	8/8(木)	8/9(金)	8/10(土)
朝食	A (和食)	葱入り玉子焼き フレンチサラダ ご飯 みそ汁 漬物 395kcal/ 2.5g	魚河岸揚げの煮物 グリーンサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 412kcal/ 2.7g	肉団子照り煮 オニオンサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 469kcal/ 2.3g	はんぺんの煮物 チーズサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 430kcal/ 2.8g	信田煮 ひじきサラダ ご飯 みそ汁 漬物 417kcal/ 2.3g	そぼろ炒め ハムサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 430kcal/ 2.8g	枝豆ふんわり天煮 マカロニサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 427kcal/ 2.7g
	B (洋食)	ミネストローネ フレンチサラダ ごまロール フルーチェ (みかん) 511kcal/ 2.6g	フレンチトースト グリーンサラダ ヨーグルト 野菜ジュース 559kcal/ 2.9g	ハッシュドポテト&ウイナー オニオンサラダ ロールパン ミルクスープ 506kcal/ 3.1g	オムレツ チーズサラダ 食パン りんごジュース 467kcal/ 2.5g	野菜とベーコン炒め ひじきサラダ レーズンパン トマトスープ 478kcal/ 2.9g	サンドイッチ (たまご) ハムサラダ フルーチェ (ピーチ) 野菜スープ 456kcal/ 2.7g	ピザのザッパースープ マカロニサラダ コーンパン 野菜ジュース 523kcal/ 3.0g
昼食	通常食	鯖の柚子胡椒焼き 隠元の胡麻和え 薩摩揚げの煮物 ご飯 清まし汁 カップマドレーヌ 521kcal/ 3.0g	ビーフカレー 茸のマリネ 野菜のバター炒め ターメリックライス コンソメスープ ぶどうゼリー 641kcal/ 3.1g	AかBを選択願います A 鯖の西京焼き B かき揚げ蕎麦 (冷) キャベツのしそ和え ふきと人参の煮物 ご飯 ※A選択のみ 清まし汁 水ようかん A 542kcal/ 3.0g B 614kcal/ 2.8g ※B選択にご飯はつきません	麻婆豆腐 かにかまサラダ 水餃子 ご飯 わかめスープ フルーツ杏仁 554kcal/ 3.2g	アジフライ 小松菜の辛子和え 竹輪とパプリカの炒め物 ご飯 清まし汁 マスカットゼリー 637kcal/ 3.1g	AかBを選択願います グリルチキン ※ソースを選択ください A ラビゴットソース 彩り野菜と酢を使用したソース B 和風おろしソース 冬瓜の煮物 (冷製) 茄子の炒め物 とうもろこしご飯 清まし汁 季節のデザート 593kcal/ 3.5g	鱈の幽庵焼き 青菜の和え物 金平ごぼう ご飯 みそ汁 和風餡パイ 542kcal/ 3.0g
	振替食	事前予約制 きつねうどん	事前予約制 きつねうどん		事前予約制 きつねうどん	事前予約制 きつねうどん		事前予約制 きつねうどん
夕食	通常食	豚肉とピーマンの甘辛炒め 冷奴 大根と椎茸の煮物 ご飯 みそ汁 593kcal/ 3.0g	赤魚のおろし煮 モロヘイヤの和え物 とろろ 麦ご飯 みそ汁 462kcal/ 2.8g	鶏のレモン焼き 蓮根と玉葱の和え カリフラワーとコーンのガーリック炒め ご飯 みそ汁 519kcal/ 3.2g	鰯の利休焼き もずく酢 里芋の味噌炒め ご飯 清まし汁 514kcal/ 3.1g	豚スタミナ炒め もやしの梅肉和え 筍の煮物 ご飯 赤出汁 565kcal/ 2.4g	鮭の海苔焼き なめ茸おろし 南瓜の煮物 ご飯 みそ汁 497kcal/ 2.9g	かに玉 中華くらげの和え物 ピーマン炒め ご飯 白湯スープ 562kcal/ 2.9g

●振替食 今週はきつねうどんです。

献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

エネルギー / 塩分



8月

今週の献立

8月11日 ~ 8月17日



号室

様



		8/11(日)	8/12(月)	8/13(火)	8/14(水)	8/15(木)	8/16(金)	8/17(土)
朝食	A (和食)	ゴーヤーチャンプルー コールスローサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 457kcal/ 2.5g	車麩の甘辛炒め オニオンサラダ ご飯 みそ汁 漬物 395kcal/ 2.5g	彩りつみれの煮物 コーンサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 429kcal/ 2.5g	パトとキャブツの炒め物 ダイスサラダ ご飯 みそ汁 漬物 408kcal/ 2.8g	信田煮 フレンチサラダ ご飯 みそ汁 漬物 407kcal/ 2.5g	海老団子煮 グリーンサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 418kcal/ 2.7g	玉子雑炊 パンプキンサラダ 煮豆 梅びしお 359kcal/ 2.3g
	B (洋食)	野菜とハム炒め コールスローサラダ クロワッサン パンプキンスープ 496kcal/ 3.0g	茸のキッシュ オニオンサラダ 胚芽ロール 豆乳のスープ 496kcal/ 3.0g	サンドイッチ (ツナ) コーンサラダ フルーチェ (いちご) トマトスープ 359kcal/ 2.3g	ベーコン野菜ソテー ダイスサラダ チーズパン りんごジュース 456kcal/ 2.7g	ホットケーキ フレンチサラダ フルーチェ (パイナップル) コンソメスープ 464kcal/ 2.5g	菜の花の炒め物 グリーンサラダ 食パン コーンスープ 523kcal/ 3.0g	スクランブルエッグ パンプキンサラダ レーズンロール 野菜ジュース 467kcal/ 2.5g
昼食	A	豚肉の生姜焼き にんじんサラダ 白菜の煮浸し ご飯 みそ汁 バウムクーヘン 567kcal/ 3.0g	<b>AかBを選択願います</b> A ほきのレモン風味焼き B ミートスパゲティ イタリアンサラダ さつまいものマスタード炒め ご飯 ※A選択のみ コンソメスープ フルーツポンチ A 554kcal/ 3.2g B 637kcal/ 3.1g	鶏のマーマレード焼き 茸の和え物 卵の花 ご飯 みそ汁 ぶどうゼリー 559kcal/ 2.6g	鯉の野菜館かけ 隠元の辛子和え ぜんまいの煮物 ご飯 みそ汁 お饅頭 548kcal/ 2.9g	麻婆茄子 チョレギサラダ エビ焼売 ご飯 中華スープ ピーチゼリー 583kcal/ 3.0g	鱈のパン粉焼き ハムサラダ ひじきの煮物 ご飯 みそ汁 人形焼き 532kcal/ 3.0g	エビピラフ パプリカのマリネ 野菜の豆乳煮 コンソメスープ いちごゼリー 641kcal/ 3.1g
	振替食	事前予約制 温玉そば		事前予約制 温玉そば	事前予約制 温玉そば	事前予約制 温玉そば	事前予約制 温玉そば	事前予約制 温玉そば
夕食	通常食	鯖の味噌煮 蕪の柚子和え 蒸し鶏と葱の高菜炒め ご飯 清まし汁 497kcal/ 2.9g	肉じゃが めかぶの和え物 椎茸と蒟蒻の炒め煮 ご飯 みそ汁 522kcal / 3.5g	鰯甘露煮 もやしの和え物 薩摩揚げと豆苗の炒め物 ご飯 清まし汁 521kcal/ 3.3g	牛皿 冷奴 茄子の炒め物 ご飯 かきたま汁 549kcal/ 2.7g	鯖の利休焼き 青菜の胡麻和え 竹輪の煮物 ご飯 みそ汁 524kcal/ 2.7g	鶏のもろみ味噌焼き 大根のなま酢 ミニ厚揚げの煮物 ご飯 清まし汁 572kcal/ 2.9g	ぶり照り煮 オクラ納豆和え 蓮根ピリ辛炒め ご飯 けんちん汁 562kcal/ 2.9g

●振替食 今週は温玉そばです。



- 体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)
- 仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

エネルギー / 塩分



8月

# 今週の献立

8月18日

~

8月24日



号室

様



		8/18(日)	8/19(月)	8/20(火)	8/21(水)	8/22(木)	8/23(金)	8/24(土)	
朝食	A (和食)	野菜旨塩炒め ブロッコリーと玉子のサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 421kcal/ 2.5g	根菜そぼろ炒め煮 シーザーサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 439kcal/ 2.4g	野菜炒め ひじきサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 417kcal/ 2.9g	茶巾煮 コールスローサラダ ご飯 みそ汁 漬物 359kcal/ 2.3g	彩りつみれの和風館 グリーンサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 428kcal/ 2.9g	野菜雑炊 オニオンサラダ 煮豆 梅びしお 359kcal/ 2.3g	ごぼう巻きの煮物 フレンチサラダ ご飯 みそ汁 漬物 426kcal/ 2.5g	
	B (洋食)	インドウとウイナー炒め ブロッコリーと玉子のサラダ ロールパン ポタージュ 467kcal/ 2.5g	オニオンチーズトースト シーザーサラダ ヨーグルト ぶどうジュース 489kcal/ 2.6g	野菜とウイナーのカレー風味炒め ひじきサラダ ごまロール パンプキンスープ 492kcal/ 2.6g	オムレツ コールスローサラダ クロワッサン りんごジュース 512kcal/ 2.9g	リヨネーズポテト グリーンサラダ ロールパン トマトスープ 434kcal/ 2.7g	サンドイッチ (ツナ) オニオンサラダ フルーチェ (みかん) コーンスープ 492kcal/ 2.6g	南瓜とアスパラ炒め フレンチサラダ レーズンロール 野菜ジュース 428kcal/ 2.8g	
昼食	A	しいらの酒蒸し香味ダレ 海藻サラダ 車麩の炒め物 ご飯 清まし汁 あんドーナツ 548kcal/ 2.9g	鶏の山賊焼き モロヘイヤの和え物 じゃが芋の金平 ご飯 みそ汁 青りんごゼリー 559kcal/ 2.6g	銀ひらのムニエル アボカドサラダ 野菜のクリーム煮 ご飯 コンソメスープ ミニマフィン 580kcal/ 3.0g	鶏の竜田揚げ 隠元の胡麻和え 切干大根煮 ご飯 みそ汁 ところてん 643kcal/ 3.0g	<b>AかBを選択願います</b> <b>A 炒飯</b> <b>B チャーシュー麺</b> 中華くらげ入サラダ 水餃子 中華スープ フルーツ杏仁 A 613kcal/ 3.2g B 561kcal/ 3.6g		鮭のバジル風味焼き パプリカのマリネ ホタテと蕪ののりみ煮 ご飯 コンソメスープ プリン 526kcal/ 3.1g	夏祭り風献立 焼きそば 盛り合わせサラダ 焼き鳥 (串なし) 清まし汁 季節のデザート 619kcal/ 3.0g
	振替食	事前予約制 たぬきうどん	事前予約制 たぬきうどん	事前予約制 たぬきうどん	事前予約制 たぬきうどん			事前予約制 たぬきうどん	事前予約制 たぬきうどん
夕食	通常食	豚肉の旨煮 しらすおろし 蕪とあさりの煮物 ご飯 みそ汁 579kcal/ 3.2g	鱈の塩麹焼き 竹輪とニラの和え物 青菜とヤングコーンの炒め物 ご飯 清まし汁 497kcal/ 2.9g	厚揚げと野菜のみぞれ館 胡瓜とカブの甘酢和え 枝豆ふんわり天煮 ご飯 みそ汁 583kcal/ 2.8g	鱈の葱みそ焼き 煮豆 蓮根の炒り煮 ご飯 清まし汁 489kcal/ 3.0g	豚肉と野菜のピリ辛炒め ほうれん草のあえ物 さつま芋のレモン煮 ご飯 みそ汁 559kcal/ 2.6g	鱈の甘露煮 水菜ともやし和え 薩摩揚げの塩金平 ご飯 赤出汁 538kcal/ 2.9g	豆腐ハンバーグ 里芋の柚子味噌かけ 冬瓜の煮物 ご飯 清まし汁 562kcal/ 2.9g	

●振替食 今週はたぬきうどんです。

献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

エネルギー / 塩分



# 今週の献立

8月20日 ~ 8月26日



号室

様



		8/25(日)	8/26(月)	8/27(火)	8/28(水)	8/29(木)	8/30(金)	8/31(土)
朝食	A (和食)	鶏つくねの照り焼き マカロニサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 428kcal/ 2.8g	竹輪大根煮 ハムサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 408kcal/ 2.8g	豆腐の加餡かけ ごぼうサラダ ご飯 みそ汁 漬物 453kcal/ 2.2g	葱入り玉子焼き コーンサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 453kcal/ 2.2g	魚河岸揚げの煮物 オーロラサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 453kcal/ 2.2g	納豆&卵の花 オニオンサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 453kcal/ 2.2g	鯖の塩焼き ひじきサラダ ご飯 みそ汁 漬物 453kcal/ 2.2g
	B (洋食)	ラタトゥイユ マカロニサラダ コーンパン ヨーグルト 494kcal/ 2.7g	人参のキッシュ ハムサラダ 食パン ミルクスープ 496kcal/ 3.0g	さつま芋チーズ焼き ごぼうサラダ 胚芽ロール コンソメスープ 458kcal/ 2.9g	クラムチャウダー コーンサラダ ロールパン 野菜ジュース 494kcal/ 2.7g	ホットケーキ オーロラサラダ ヨーグルト トマトスープ 511kcal/ 2.6g	ポトフ オニオンサラダ ごまロール フルーチェ (いちご) 523kcal/ 2.8g	ほうれん草とパプリカのソテー ひじきサラダ レーズンロール りんごジュース 464kcal/ 2.5g
昼食	A	ちらし寿司 菜の花の和え物 茄子と挽肉の炒め物 清まし汁 お饅頭 (抹茶) 593kcal / 2.9g	赤魚の粕漬焼 キャベツの柴漬け和え 五目豆煮 ご飯 みそ汁 レモンゼリー 524kcal/ 2.7g	豚肉のスタミナ炒め 白滝たらこ炒め 隠元のピーナツ和え ご飯 清まし汁 パウムクーヘン 630kcal / 3.4g	鱈の木の芽焼き 大根のなます 舞茸と青菜の炒め物 ご飯 清まし汁 フルーツみつ豆 530kcal / 2.4g	旅行気分n沖縄 タコライス ゴーヤーとツナの和え物 人参しりしり もずくのスープ パイナップルゼリー 638kcal / 2.9g 	<b>AかBを選択願います</b> A ほきの金山寺味噌焼き B 冷やし鶏天うどん 長芋海苔和え キャベツの醤油炒め ご飯 ※A選択のみ 清まし汁 人形焼き A 568kcal/ 3.0g B 548kcal/ 3.2g	挽肉と夏野菜のカー シーザーサラダ ミニオムレツ ターメリックライス 枝豆のポタージュ マスカットゼリー 641kcal/ 3.1g
	振替食	事前予約制 きつね蕎麦	事前予約制 きつね蕎麦	事前予約制 きつね蕎麦	事前予約制 きつね蕎麦	事前予約制 きつね蕎麦	/	
夕食		鱈の味醂漬焼き レタスの旨塩サラダ パプリカとハムの炒め物 ご飯 みそ汁 531kcal/ 2.8g	牛しぐれ煮 海藻サラダ 白菜の煮浸し ご飯 清まし汁 585kcal/ 3.0g	鱈の幽庵焼き オクラと榎の和え物 筍の土佐煮 ご飯 清まし汁 511kcal / 2.8g	韓国風甘辛子キン もやしのナムル ビーフン炒め ご飯 わかめスープ 534kcal / 2.9g	鰯の和風ハンバーグ 冷奴 ぜんまい煮 ご飯 みそ汁 583kcal / 2.9g	豚肉オイスタ炒め 山くらげの和え物 かに焼売 ご飯 中華白湯スープ 538kcal / 2.8g	鰯の煮つけ 茄子の揚げびたし 刺身ソテー酢味噌添え ご飯 清まし汁 431kcal / 2.8g

●振替食 今週はきつねそばです。

献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

エネルギー / 塩分