

○○ 献立一覧表 ○○

2022年 8月

[老健いぶき]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	ご飯 味噌汁 炒り玉子 ほうれん草の辛子和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 ちくわの煮物 小松菜のなめ茸和え 煮豆	ご飯 味噌汁 冬瓜のそぼろ煮 プロッコリーのおかか和え 納豆	ご飯 味噌汁 洋風煮 コールスロー 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子の炒め物 ほうれん草のしらす和え たいみそ	ご飯 味噌汁 玉子とじ オクラの塩昆布和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 大根サラダ 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 メンチカツ 春雨サラダ パイン缶	ご飯 味噌汁 鰯の野菜あんかけ かぶのゆず和え クラッシュセリー(カルシウム強化)	冷やしたぬきそば 茄子の味噌炒め オクラの海苔和え	ご飯 味噌汁 鶏の塩焼き ごぼうサラダ みかん缶	カレーライス ハムサラダ 福神漬け フルーチェ	ご飯 中華スープ スタミナ焼き えび焼壳 マンゴー缶	ご飯 清汁 鮭のちゃんちゃん焼き チンゲン菜としめじの炒め りんご缶
昼間食	~あったかおやつ~ たい焼き	パтарーラ(チーズ)	褐糖予防デザート (チョコ)	リングドーナツ	ロールケーキ	抹茶プリン	ジョア
夕食	ご飯 味噌汁 たらの磯焼き 金平ごぼう 大根の梅マヨ和え	ご飯 中華スープ 鶏肉の香り蒸し レンコンの明太炒り せんまいのナムル	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ・彩りあん さつま芋と切り昆布の炒り煮 チンゲン菜とハムのサラダ	ご飯 味噌汁 玉子ときくらげの炒め 切干大根煮 白菜浅漬け	ご飯 味噌汁 メバルの漬け焼き 南瓜の煮物 青菜のごま和え	ご飯 清汁 エビカツ 豆腐のひき肉味噌かけ わかめの和え物	ご飯 味噌汁 炒り鶏 冬瓜の桜炒め 白菜のゆかり和え

*都合により献立を変更することがあります。

○○ 献立一覧表 ○○

2022年 8月

〔老健いぶき〕

	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	ご飯 味噌汁 三色高野煮 かぶの塩麹和え 煮豆	ご飯 味噌汁 海老団子の野菜炒め煮 キヤベツのピーナッツ和え 漬物	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール もやしの海苔和え たいみそ	ご飯 味噌汁 ウインナーソテー マカロニサラダ 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 つみれ煮 カリフラワーのオーロラサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 惣菜信田煮 なます 煮豆	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 笹かまぼこ 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	コーンバターライス コンソメスープ 鶏肉のマスタード焼き 夏野菜のラタトウイユ パイン缶	ご飯 清汁 鯖の塩焼き 蓮根の味噌炒め 黄桃缶	ご飯 味噌汁 ピーマンの肉詰めフライ 卯の花 クラッシュゼリー(カルシウム強化)	~山の日メニュー~ 山菜ご飯 味噌汁 ホキの山椒焼き 深山和え 白桃缶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 焼きナスの煮びたし みかん缶	ハヤシライス ジャーマンポテト ブロッコリーとコーンのサラダ フルーツカクテル缶	ご飯 味噌汁 鯖の竜田焼 夏野菜炒め フルーチェ
昼間食	カップケーキ(コーヒー)	夕張メロンゼリー	シュークリーム	やわらかおかき(えび)	カステラ	褥瘡予防デザート(亜鉛強化) 水ようかん(白あん)	ジョア
夕食	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け ひじきと大豆の煮物 菜の花のお浸し	ご飯 味噌汁 肉じゃが 茄子のにんにく炒め もやしの青しそ和え	ご飯 味噌汁 かに風味玉子とじ ふきの金平 白菜の梅和え	ご飯 チンゲン菜の中華スープ 蒸し鶏のパンパンジー風 春雨の煮物 わかめの中華和え	ご飯 味噌汁 ぎせい豆腐 かぶのくず煮 ほうれん草のごまドレサラダ	ご飯 味噌汁 鶏の梅焼 れんこんの高菜炒め もやしサラダ	ご飯 中華スープ 八宝菜 搾菜炒め 菜の花のナムル

*都合により献立を変更することがあります。

○○ 献立一覧表 ○○

2022年 8月

〔老健いぶき〕

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	ご飯 味噌汁 里芋のそぼろあんかけ わかめの胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 春菊のおかか和え 納豆	ご飯 味噌汁 いろどり団子の煮物 白菜の生姜和え 煮豆	ご飯 味噌汁 野菜とマカロニのトマト煮 ブロッコリーサラダ 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 玉子ロール 白菜のささみ和え たいみそ	ご飯 味噌汁 小松菜の炒め物 とろろ 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪と里芋の煮物 ほうれん草のわさび和え ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	冷汁そうめん 厚焼玉子 モロヘイヤと山芋の和え物	ご飯 かきたま汁 鶏の味噌マヨ焼き 白菜のゆず和え パイン缶	～納涼メニュー～ 枝豆鮭ちらし寿司 清汁 冷やし鉢 あんずゼリー	ご飯 味噌汁 白身魚フライ ほうれん草のしそドレ和え みかん缶	ご飯 青菜のスープ 鶏の酢豚風 キャベツのナムル 杏仁豆腐	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ 鶏のバター焼き カリフラワーのフレンチドレ和え 洋梨缶	ご飯 味噌汁 トンカツ 大根のマヨサラダ パイン缶
昼間食	宇治抹茶ロールケーキ	蜂蜜ケーキ	いちごクレープ	褥瘡予防デザート (スイートポテト)	ピーナッツパン	カスタードプリン	ジョア
夕食	ご飯 味噌汁 牛肉コロッケ 切干大根煮 アスパラサラダ	ご飯 味噌汁 赤魚のみぞれ煮 ひじき入り蒲鉾 ほうれん草のお浸し	ご飯 中華スープ 中華風オムレツ 焼売 小松菜和え物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 豆乳しんじょ もやしのごまドレサラダ	ご飯 味噌汁 赤魚の白醤油焼き じゃが芋の土佐煮 大根の昆布和え	ご飯 味噌汁 鶏の塩麹焼き 蓮根の煮物 キャベツのしその実和え	ご飯 味噌汁 海老の玉子とじ レバーガン辛炒め ひじきのサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

○○ 献立一覧表 ○○

2022年 8月

【老健いぶき】

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	ご飯 味噌汁 肉詰めいなり 白菜の即席漬け 漬物	ご飯 味噌汁 冬瓜の煮物 ほうれん草のごまドレサラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 キャベツの桜和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 オムレツ ブロッコリーのチーズサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 ソーセージ炒め カリフラワーサラダ 納豆	ご飯 味噌汁 カツオフレークのおろし添え 春菊のなめ茸和え のり佃煮	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 いんげんのピーナツ和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	チキンカレー たっぷり野菜サラダ 福神漬け みかん缶	~夏祭り献立~ 天丼 清汁 オニオンサラダ ラムネゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 鯖のみりん漬け 白菜の辛子和え 黄桃缶	ご飯 味噌汁 照焼ハンバーグ アスパラとツナのレモン和え グラッセゼリー(カルシウム強化)	~食べるスープの日~ ご飯 モロヘイヤのスープ 鶏と大根のあめ煮 さつま芋のころころサラダ みかん缶	二色丼 味噌汁 冬瓜の煮付け りんご缶	ご飯 味噌汁 鶏の照焼き 牛蒡とこんにゃくの炒め パイン缶
昼間食	フロマージュ	ロールケーキ	アップルパイ	ガナッシュケーキ	褥瘡予防デザート (イチゴ)	マンゴープリン	ジョア
夕食	ご飯 味噌汁 ホキの山椒焼き 南瓜のそぼろ煮 小松菜の錦糸和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のおろしソース 高野豆腐の煮物 春菊の和え物	ご飯 オニオンスープ 鶏肉のコーンマヨネーズソース かぶとベーコンのコンソメ煮 カニ風味サラダ	ご飯 チンゲン菜のスープ 麻婆豆腐 二色焼売 春雨マヨサラダ	ご飯 味噌汁 鯖の削り焼き 冬瓜のあんかけ オクラの和え物	ご飯 清汁 豚の柳川風煮 里芋の田楽 小松菜の酢の物	ご飯 えのきのスープ 家常豆腐 蒸し餃子 チンゲン菜と搾菜の和え物

*都合により献立を変更することがあります。

○○ 献立一覧表 ○○

2022年 8月

[老健いぶき]

	29(月)	30(火)	31(水)				
朝食	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 小松菜の辛子和え 煮豆	ご飯 味噌汁 えび団子の炒め物 アスパラごまドレサラダ 梅干し	ご飯 味噌汁 竹輪と里芋の炒り煮 白菜サラダ ふりかけ				
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳				
昼食	ご飯 味噌汁 豚肉とにんにくの芽の炒め物 胡瓜の梅和え クラッシュセリー(カルシウム強化)	焼きそば 水餃子 中華サラダ	ご飯 味噌汁 鰯のレモン蒸し ブロッコリーのマヨ和え みかん缶				
昼間食	クリームコンフェ	~あったかおやつ~ 今川焼	水ようかん(芋)				
夕食	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け カリフラワーの甘酢和え ごぼうとソーセージのソテー	ご飯 味噌汁 豆腐バーグの五目あんかけ 南瓜の甘煮 菜の花のおかか和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の変わり焼き ひじきの煮物 枝豆のサラダ				

*都合により献立を変更することがあります。