

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 8月

[老健いぶき]

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(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 ブロッコリーのおかか和え 納豆	ご飯 栄養強化コーンクリームス 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
朝間食		牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
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 みかん缶	冷やしたぬきそば 茄子の甘辛炒め オクラの海苔和え	ご飯 味噌汁 鶏の塩焼き ごぼうサラダ クラッシュゼリー(カルシウム強化)	チキンカレー ハムサラダ 福神漬け フルーツカクテル缶	ご飯 中華スープ スタミナ焼き えび焼売 杏仁豆腐
昼間食		褥瘡予防デザート (ピーチ)	～あったかおやつ～ たこ焼き	夕張メロンゼリー	コーヒークリームサンド	黒糖蒸しパン	ロールケーキ
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 ぜんまいのナムル	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 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

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 8月

[老健いぶき]

	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
朝食	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 大根サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 三色高野煮 かぶの塩糍和え 煮豆	ご飯 味噌汁 海老団子の野菜炒め煮 キャベツのピーナッツ和え 漬物	ご飯 味噌汁 ウイナーソテー マカロニサラダ 昆布佃煮	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 つみれ煮 カリフラワーのオーロラサ ふりかけ	ご飯 味噌汁 惣菜信田煮 なます 煮豆
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	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 フルーチェ	ご飯 じゃが芋スープ 鶏肉のマスタード焼き 夏野菜のラタトゥイユ みかん缶	ご飯 清汁 鯖の塩焼き 蓮根の味噌炒め クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 ピーマンの肉詰めフライ 卵の花 パイン缶	～山の日メニュー～ もろこしご飯 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 フルーチェ	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 りんご缶
昼間食	やわらかおかき(砂糖醤油)	ヨーグルトケーキ	紅葉まんじゅう	アイスクリーム	褥瘡予防デザート(亜鉛強 水ようかん(抹茶))	チョコパン	ミニパターラ
夕食	ご飯 味噌汁 炒り鶏 冬瓜の桜炒め 白菜のゆかり和え	ご飯 味噌汁 赤魚のさっぱり煮 ひじきと大豆の炒り煮 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 蒸し鶏のバンバンジー風 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	ご飯 味噌汁 鶏の梅焼 れんこんの高菜炒め もやしサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 8月

[老健いぶき]

	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
朝食	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 笹かまぼこ 漬物	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 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 いろどり団子の煮物 白菜の生姜和え 煮豆	ご飯 栄養強化コーンクリームス 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
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 味噌汁 鱧の竜田焼 夏野菜炒め 黄桃缶	冷汁うどん 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 チンゲン菜のわさび和え 洋梨缶	ご飯 青菜のスープ 鶏の酢豚風 キャベツのナムル マンゴー缶	ご飯 ミルクスープ 鱈のバター焼き カリフラワーのフレンチドレ みかん缶
昼間食	水ようかん(芋)	和のパンケーキ・黒蜜きな	抹茶フルーチェ・あんこ添	カスタードクレープ	カステラ	褥瘡予防デザート(亜鉛強 水ようかん(こしあん)	パウムクーヘン
夕食	ご飯 中華スープ 八宝菜 搾菜炒め 菜の花のナムル	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 お魚ハンバーグのしそ風 じゃが芋の土佐煮 大根の昆布和え	ご飯 味噌汁 鶏の塩糀焼き 蓮根の煮物 キャベツのしその実和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 8月

[老健いぶき]

	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
朝食	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	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 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 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 春菊のなめ茸和え のり佃煮
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 味噌汁 トンカツ 大根のマヨサラダ パン缶	ポークカレー たっぷり野菜サラダ 福神漬け フルーチェ	～夏祭り献立～ 天井 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 フルーツカクテル缶	～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	ご飯 味噌汁 照焼ハンバーグ アスパラとツナのレモン和 クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 クリームコロッセ ほうれん草のしそドレ和え パン缶
昼間食	ホットケーキ	アップルパイ	ダブルベリーケーキ	マンゴープリン	ロールケーキ	ガナッシュケーキ	プチケーキ
夕食	ご飯 味噌汁 海老の玉子とじ レバー甘辛炒め ひじきのサラダ	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 味噌汁 豆腐ステーキの夏野菜あ 南瓜のそぼろ煮 小松菜の錦糸和え	ご飯 オニオンスープ 鶏肉のコンマヨネズソース かぶとベーコンのコンソメ 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 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 鱈の削り焼き 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

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 8月

[老健いぶき]

	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)			
朝食	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	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	牛乳			
昼食	ご飯 味噌汁 鶏の照焼き 牛蒡とこんにゃくの炒め りんご缶	ご飯 味噌汁 豚肉とにんにくの芽の炒め 胡瓜の梅和え オレンジ	焼きそば 水餃子 中華サラダ	ご飯 味噌汁 鱈のレモン蒸し ブロッコリーのマヨ和え クラッシュゼリー(カルシウム強化)			
昼間食	～あったかおやつ～ たい焼き	やわらかおかき(のり塩)	パウンドケーキ(マーブル)	褥瘡予防デザート (チョコ)			
夕食	ご飯 えのきのスープ 豆腐バーグの五目あんか 蒸し餃子 チンゲン菜と搾菜の和え	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	ご飯 味噌汁 厚揚げの味噌炒め 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。