

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年10月 1日 ～ 令和 5年10月 7日

	10月 1日(日)	10月 2日(月)	10月 3日(火)	10月 4日(水)	10月 5日(木)	10月 6日(金)	10月 7日(土)
朝	卵雑炊 豚肉となすの煮物 ヨーグルト	御飯 いか団子と大根の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げと チンゲン菜の炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ブロッコリーとベーコンの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉と里芋の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ツナ入りスクランブルエッグ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 なすとひき肉のソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	コーヒー牛乳	紅茶	りんごジュース	はちみつレモン	コーヒー牛乳	カルピス	レモンティー
昼	御飯 さばの香味焼き ほうれん草と かにかまの和え物 味噌汁 黄桃缶	御飯 豚肉の味噌煮 アスパラとツナのソテー すまし汁 フルーツカクテル缶	御飯 赤魚のきのこあんかけ いんげんとコーンのサラダ すまし汁 マンゴー缶	御飯 擬製豆腐 切干大根の煮物 しば漬け 味噌汁	【スポーツの日行事食】 栗ご飯 鮭の幽庵焼き なすとがんもの炊き合せ 三色煮豆 きのこ汁/柿	御飯 さわらの生姜煮 小松菜の干しえび炒め 味噌汁 りんご缶	ポークカレー 福神漬け カリフラワーのサラダ コンソメスープ みかん缶
15時	みかんフルーチェ	黒糖まんじゅう	抹茶どら焼き	いちごミルクプリン	紅茶ケーキ	ミニたい焼き	エクレア
夕	御飯 鶏肉の中華うま煮 チンゲン菜としらすの煮物 白いんげん豆煮 中華スープ	御飯 えびと玉子の塩炒め カリフラワーのマヨネーズ和え 高菜炒め 中華スープ	御飯 豚肉とかぼちゃの甘辛煮 小松菜の炒め物 金時煮豆 味噌汁	御飯 さんまの甘露煮 キャベツのひき肉炒め すまし汁 白桃缶	御飯 豚肉のくわ焼き 春菊のピーナッツ和え 千切大根漬け 味噌汁	御飯 肉団子の酢豚風 大根の青しそ和え うぐいす煮豆 中華スープ	御飯 さばのバター醤油焼き ひじきとちくわの煮物 白いんげん豆煮 味噌汁
1日合計	kcal 1492 kcal 食塩相当量 8.1 g	1451 kcal 7.5 g	1483 kcal 7.3 g	1463 kcal 7.8 g	1564 kcal 8.1 g	1493 kcal 8.1 g	1498 kcal 8.9 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年10月 8日 ～ 令和 5年10月14日

	10月 8日(日)	10月 9日(月)	10月10日(火)	10月11日(水)	10月12日(木)	10月13日(金)	10月14日(土)
朝	五目雑炊 はんぺんとさつま芋の煮物 ヨーグルト	御飯 さつま揚げと玉葱の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ウインナーとキャベツのソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 なすとベーコンのソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 生揚げの卵とじ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 がんもとかぶの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 肉団子の甘酢あん ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	りんごジュース	ミルクティー	カルピス	ぶどうジュース	はちみつレモン	ミルクティー	カルピス
昼	御飯 さわらのパン粉焼き ベーコン入り野菜炒め コンソメスープ 黄桃缶	御飯 豚肉と野菜の中華炒め ブロッコリーのサラダ しば漬け 中華スープ	鶏めし 千草卵焼き チンゲン菜のポン酢和え 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 たらゆかり揚げ じゃが芋の煮物 味噌汁 りんご缶	御飯 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き いんげんの磯和え しば漬け すまし汁	野菜醤油ラーメン えびしゅうまい みかん缶	御飯 メバルの塩こうじ焼き なすのそぼろ煮 味噌汁 白桃缶
15時	栗水ようかん	メープルプチケーキ	薄皮まんじゅう	ショコラプチケーキ	バナナパンロール	ドームケーキ(カスタード)	今川焼き
夕	御飯 鶏肉と車麩の煮物 白菜とかにかまのサラダ さくら漬け 味噌汁	御飯 五目豆腐煮 いんげんのごま和え 味噌汁 マンゴー缶	御飯 ぶりの照焼き かぼちゃの含め煮 三色煮豆 すまし汁	御飯 肉野菜炒め かぶの甘酢和え 千切大根漬け 味噌汁	御飯 いわしの梅煮 豚肉とチンゲン菜の炒め物 味噌汁 黄桃缶	御飯 さばのゆず味噌焼き 小松菜と油揚げの煮浸し 青きゅうり漬け すまし汁	御飯 マーボー豆腐 さつま芋のサラダ さくら漬け 中華スープ
1日合計	kcal 1527 kcal 食塩相当量 7.8 g	1454 kcal 7.7 g	1519 kcal 8.4 g	1557 kcal 8.1 g	1453 kcal 8.3 g	1577 kcal 9.2 g	1512 kcal 8.8 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年10月15日 ～ 令和 5年10月21日

	10月15日(日)	10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)	10月19日(木)	10月20日(金)	10月21日(土)
朝	きのこ雑炊 ハムと小松菜の炒め物 ヨーグルト	御飯 豚肉となすの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 えび団子のかきたま煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 かぶと鶏肉の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げと野菜の炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉となすの甘辛煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 はんぺん和大根の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ぶどうジュース	コーヒー牛乳	はちみつレモン	ミルクティー	ぶどうジュース	カルピス	コーヒー牛乳
昼	御飯 ふくさ卵焼き 里芋のベーコンソテー 味噌汁 マンゴー缶	御飯 さばの味噌煮 カリフラワーのマリネ すまし汁 フルーツカクテル缶	御飯 メンチカツ ごぼうとちくわの炒り煮 さくら漬け 味噌汁	【食文化イベント《神奈川県》】 梅しらす丼 豚肉のほうじ茶蒸し キャベツといか団子の 塩こうじ炒め けんちん汁 フルーツポンチ	御飯 白身魚のタルソース焼き カリフラワーとベーコンのカレー風味 コンソメスープ パン缶	御飯 えびと生揚げのチリソース風 ビーフン炒め 中華スープ りんご缶	御飯 鶏肉とときのこの ハーブキュー炒め じゃが芋のミルク煮 かき玉スープ 黄桃缶
15時	栗まんじゅう	ヨーグルトケーキ	ロールケーキ	抹茶パンケーキ	どら焼き	チョコプリン	いちごクレープ
夕	御飯 マスの蒲焼き 春雨と蒸し鶏のサラダ 金時煮豆 すまし汁	御飯 鶏肉のクリームソース じゃが芋のトマト煮 昆布佃煮 コンソメスープ	御飯 豆腐ステーキきのこソース ブロッコリーのごま和え 味噌汁 パン缶	御飯 たらこのチーズ焼き 小松菜のピーナッツ和え 白いんげん豆煮 味噌汁	御飯 豚肉とチンゲン菜の中華炒め ひじきの煮物 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 鶏肉のはちみつ照焼き キャベツのドレッシング和え 高菜炒め すまし汁	御飯 さばの塩焼き かぼちゃのサラダ 白菜漬け 味噌汁
1日合計	kcal 1451 kcal 食塩相当量 7.5 g	1451 kcal 7.2 g	1576 kcal 8.4 g	1499 kcal 8.3 g	1507 kcal 8.4 g	1524 kcal 7.4 g	1519 kcal 7.6 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年10月22日 ～ 令和 5年10月28日

	10月22日(日)	10月23日(月)	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)	10月28日(土)
朝	ほたて風味の雑炊 大根と生揚げの炒り煮 ヨーグルト	御飯 豚肉とかぶの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 がんと大根の含め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 もやしといんげんの そぼろ炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 肉団子とチンゲン菜の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉と野菜の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 和風炒り卵 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ミルクティー	紅茶	コーヒー牛乳	カルピス	りんごジュース	はちみつレモン	紅茶
昼	御飯 赤魚の山椒煮 チンゲン菜と鶏肉の炒め物 三色煮豆 味噌汁	親子丼 ほうれん草のしらす和え 三色煮豆 すまし汁	柚子の香うどん かぼちゃのいとこ煮 黄桃缶	御飯 豚肉のしぐれ煮 じゃが芋とツナの炒め物 金時煮豆 味噌汁	シーフードカレー 福神漬け トマトサラダ コンソメスープ フルーツカクテル缶	菜飯 五目卵焼き キャベツとコーンのサラダ うぐいす煮豆 豚汁	御飯 揚げ魚の野菜あん ポテトサラダ 味噌汁 みかん缶
15時	パンナコッタ	今川焼き(カスタード)	メープルパンケーキ	★セレクト	もみじまんじゅう	焼きドーナツ	あずきプリン
夕	御飯 ポークソテーりんごソース ブロッコリーとピーマンのサラダ すまし汁 みかん缶	御飯 海老団子の野菜炒め いんげんとベーコンのソテー 味噌汁 マンゴー缶	御飯 ぶりのごまだれ焼き なすとピーマンの甘辛炒め しば漬け 味噌汁	御飯 豆腐ステーキのえびあんかけ 小松菜の和え物 中華スープ パン缶	御飯 さばの葱味噌焼き アスパラの玉子炒め さくら漬け すまし汁	御飯 鶏肉とかぼちゃの甘辛煮 白菜と生揚げの炒め物 味噌汁 白桃缶	御飯 和風ハンバーグおろしソース ブロッコリーのえび炒め 青きゅうり漬け 味噌汁
1日合計	kcal 1491 kcal 食塩相当量 7.3 g	1474 kcal 7.4 g	1451 kcal 8.8 g	1495 kcal 7.2 g	1534 kcal 9.4 g	1516 kcal 8.1 g	1465 kcal 8.2 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年10月29日 ～ 令和 5年10月 31日

	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)				
朝	かにかま雑炊 もやしのそぼろ炒め ヨーグルト	御飯 じゃが芋とウインナーのソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 白菜とひき肉の卵とじ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト				
10時	カルピス	ぶどうジュース	レモンティー				
昼	御飯 鶏肉の治部煮 ほうれん草のなめ茸和え 味噌汁 黄桃缶	御飯 白身魚のマヨマスタート焼き かぶのミルク煮 コンソメスープ パイナップル	御飯 豚肉のオイスターソース炒め チンゲン菜のごまサラダ 野菜汁 白桃缶				
15時	ワッフル	芋まんじゅう	かぼちゃプリン				
夕	御飯 さわらの香味焼き 豚肉と大根の煮物 昆布佃煮 すまし汁	御飯 肉豆腐 カリフラワーのサラダ 金時煮豆 味噌汁	御飯 ほっけの塩焼き 里芋の柚子煮 高菜炒め 味噌汁				
1日合計	kcal 1455 kcal 食塩相当量 8.1 g	1567 kcal 7.5 g	1452 kcal 8.2 g				