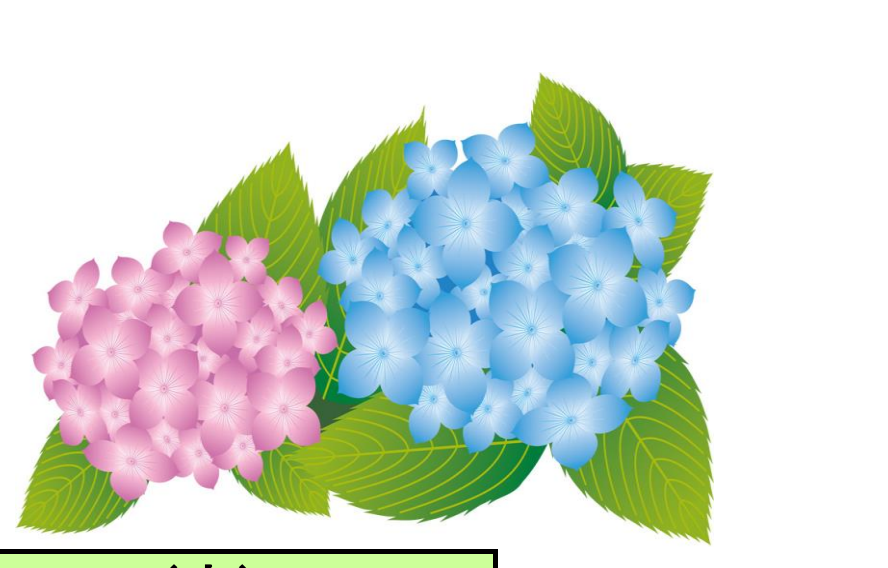


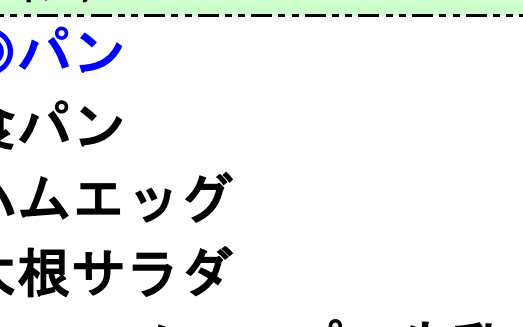
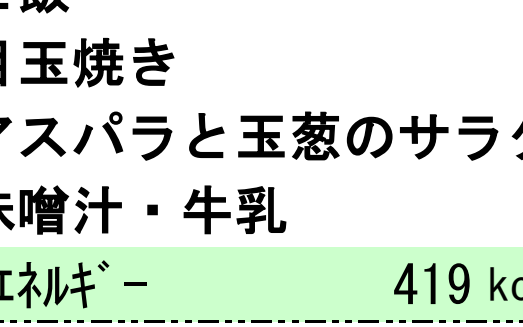


6月メニュー表





特養・ショートステイ

		1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	
朝食		◎基本メニュー ご飯 ウインナーソーテ ポテトサラダ 味噌汁・牛乳 501 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ 野菜サラダ 味噌汁・牛乳 520 kcal	◎基本メニュー ご飯 ブロッコリーの洋風煮 豆腐のサラダ 味噌汁・牛乳 465 kcal	◎基本メニュー ご飯 ケチャップソーテ スパゲティサラダ 味噌汁・牛乳 512 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ 中華サラダ 味噌汁・牛乳 510 kcal	◎基本メニュー 食パン オムレツ 青菜のサラダ 南瓜ポタージュ・珈琲牛乳 452 kcal	
		◎パン ロールパン2ケ ウインナーソーテ ポテトサラダ コンソメスープ・牛乳 511 kcal	◎パン 食パン 卵とじ 野菜サラダ コンソメスープ・牛乳 449 kcal	◎パン 食パン ブロッコリーの洋風煮 豆腐のサラダ コンソメスープ・牛乳 394 kcal	◎パン 食パン ケチャップソーテ スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳 432 kcal	◎パン 食パン ほくほくカボチャ 中華サラダ コンソメスープ・牛乳 439 kcal		
昼食		ご飯 ホキのカレームニエル 付) アスパラ スパゲティソーテ サラダ コンソメスープ 479 kcal	ご飯 鶏肉の照り焼き 付) ブロッコリー れんこんの土佐炒め さつま芋のサラダ 味噌汁 589 kcal	炊き込みご飯 鰯の西京焼き 付) 甘酢生姜 ポテトソーテ 青菜のきのこ和え すまし汁 545 kcal	ご飯 鶏の唐揚げ 軟) 鶏照焼 付) キャベツ 青菜とえびの中華煮 トマトサラダ 中華スープ 569 kcal	五目うどん シュウマイ ごぼうサラダ フルーツ 470 kcal	ご飯 肉野菜炒め 里芋の旨煮 冷奴 中華スープ 564 kcal	
間食		カントリーマーム 58 kcal	もものゼリー 58 kcal	メロンケーキ 65 kcal	青りんごゼリー 42 kcal	ドーナツ 71 kcal	カスタードプリン 74 kcal	
夕食		ご飯 つくね風焼き 付) いんげん 竹輪の炊合せ 南瓜サラダ 味噌汁 597 kcal	ご飯 たらのきのこあんかけ エビ団子煮 とろろ 味噌汁 472 kcal	ご飯 鶏肉のごまだれ焼き 付) キャベツ 糸昆布煮 おくらのなめたけ和え 味噌汁 558 kcal	ご飯 かに玉風甘酢あんかけ 大根そぼろ煮 錦糸和え 味噌汁 520 kcal	ご飯 豚肉とキャベツとろみ炒め さつま芋の旨煮 切干大根の和え物 味噌汁 558 kcal	ご飯 カレイの煮つけ 付) ふき 甘辛煮 大根サラダ 味噌汁 476 kcal	
7 (日)		8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	
朝食		◎基本メニュー ご飯 ハムエッグ 大根サラダ 味噌汁・牛乳 エネギー 448 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ ハムサラダ 味噌汁・牛乳 528 kcal	◎基本メニュー ご飯 アスパラの炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁・牛乳 490 kcal	◎基本メニュー ご飯 さつま揚げ炒め 中華サラダ 味噌汁・牛乳 475 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ マカロニサラダ 味噌汁・牛乳 504 kcal	◎基本メニュー ロールパン・クロワッサン 洋風卵とじ ポテトサラダ 南瓜ポタージュ・珈琲牛乳 510 kcal	
		◎パン 食パン ハムエッグ 大根サラダ コンソメスープ・牛乳 エネギー 416 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ ハムサラダ コンソメスープ・牛乳 448 kcal	◎パン 食パン アスパラの炒め物 スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳 458 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン さつま揚げ炒め 中華サラダ コンソメスープ・牛乳 449 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン ほくほくカボチャ マカロニサラダ コンソメスープ・牛乳 478 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 卵のオイスター炒め エビサラダ コンソメスープ・牛乳 458 kcal	
昼食		カレーライス きのこソーテ シーザー風サラダ あわせるゼリー 649 kcal	ご飯 メンチカツ 軟) ハンバーグ 付) キャベツ 大根の旨煮 胡瓜の酢の物 味噌汁 557 kcal	しらすの混ぜごはん アジの焼南蛮漬け じゃが芋の炒め物 オクラの梅和え みょうがの味噌汁 519 kcal	ご飯 鯖味噌煮 軟) 赤魚味噌煮 付) ふき 筍の煮つけ 錦糸和え すまし汁 502 kcal	ご飯 ピーマンと豚肉の中華炒め 海老シュウマイ 大根とハムのマリネ 中華スープ 553 kcal	焼きそば 棒々鶏風サラダ 中華スープ フルーツ 534 kcal	ご飯 鮭の幽庵焼き 付) 大葉 白菜の旨煮 胡瓜のもろみ和え 味噌汁 450 kcal
間食		ミルクケーキ 69 kcal	水ようかん 67 kcal	ももケーキ 85 kcal	白いせんべい 39 kcal	りんごゼリー 52 kcal	ロールケーキ 68 kcal	いちごゼリー 40 kcal
夕食		ご飯 チキンソーテ 付) ブロッコリー 白菜のコンソメ煮 アスパラのサラダ コンソメスープ エネギー 498 kcal	ご飯 赤魚の煮つけ 付) ねぎ レンコンのポン酢炒め 青菜のおかか和え すまし汁 422 kcal	ご飯 スパニッシュオムレツ 付) いんげん 金平ごぼう カニサラダ すまし汁 514 kcal	ご飯 はちみつ鶏 付) ブロッコリー 茄子の煮つけ 納豆 味噌汁 508 kcal	ご飯 鰯のかば焼き 付) いんげん がんも煮つけ 菜の花の和え物 味噌汁 525 kcal	ご飯 鶏肉のこってり煮 付) 白菜 糸昆布煮 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 524 kcal	ご飯 豚肉の土佐炒め ひじき豆煮 コールスローサラダ すまし汁 532 kcal
14 (日)		15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	
朝食		◎基本メニュー ご飯 目玉焼き アスパラと玉葱のサラダ 味噌汁・牛乳 エネギー 419 kcal	◎基本メニュー ご飯 鮭の生姜焼き 菜の花のお浸し 味噌汁・牛乳 429 kcal	◎基本メニュー ご飯 ポトフ 野菜サラダ 味噌汁・牛乳 496 kcal	◎基本メニュー ご飯 炒り卵 マカロニサラダ 味噌汁・牛乳 517 kcal	◎基本メニュー ご飯 ケチャップソーテ パンプキンサラダ 味噌汁・牛乳 539 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ ポテトサラダ 味噌汁・牛乳 511 kcal	◎基本メニュー 食パン オムレツ オニオンスライス コーンスープ・珈琲牛乳 425 kcal
		◎パン ロールパン・クロワッサン 目玉焼き アスパラと玉葱のサラダ コンソメスープ・牛乳 エネギー 393 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 鮭の生姜焼き 菜の花のお浸し コンソメスープ・牛乳 403 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン ポトフ 野菜サラダ コンソメスープ・牛乳 461 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 炒り卵 マカロニサラダ コンソメスープ・牛乳 530 kcal	◎パン 食パン ケチャップソーテ パンプキンサラダ コンソメスープ・牛乳 468 kcal	◎パン 食パン 卵とじ ポテトサラダ コンソメスープ・牛乳 431 kcal	
昼食		ご飯 鶏肉のトマトソースかけ 付) ブロッコリー 高野豆腐煮 青菜の胡麻和え 味噌汁 エネギー 552 kcal	中華飯 ツナじゃが 中華サラダ スープ 588 kcal	ご飯 白身魚たらこマヨネーズ焼 付) いんげん ブロッコリーベーコン煮 エビサラダ コーンスープ 552 kcal	ご飯 鶏チリ炒め 竹輪の煮つけ 水菜のサラダ 中華スープ 552 kcal	ゆかりごはん 豚肉のしぐれ煮 切干大根のごま炒め 茄子の和え物 味噌汁 551 kcal	たぬきしめん シュウマイ ブロッコリーサラダ フルーツ 449 kcal	ご飯 豚肉はるさめ がんも煮つけ ほうれん草の白和え 味噌汁 587 kcal
間食		栗しぐれ 2ケ エネギー 105 kcal	オレンジゼリー 41 kcal	和のパンケーキ 55 kcal	マンゴプリン 37 kcal	フルーチェ 44 kcal	ソーダーゼリー 53 kcal	クッキー 1枚 81 kcal
夕食		ご飯 ホキきのこソースかけ 茄子の味噌煮 ブロッコリーおかか和え すまし汁 エネギー 474 kcal	ご飯 炒り鶏 カニ豆腐 もやしの中華和え 味噌汁 551 kcal	ご飯 豚肉と大根の甘辛煮 アスパラの炒め物 白菜の柚香和え すまし汁 484 kcal	ご飯 タラの野菜あんかけ 角麩煮 錦糸和え すまし汁 491 kcal	ご飯 豆腐とエビの旨煮 青菜の信田煮 ツナサラダ すまし汁 511 kcal	ご飯 カレイの甘酢あんかけ 甘辛煮 大根サラダ 味噌汁 554 kcal	ご飯 鶏肉のしそ焼き 付) ブロッコリー じゃが芋の金平 胡瓜とツナの和え物 味噌汁 535 kcal

献立は食材の仕入れにより変更することがあります。あらかじめご了承ください。

	2 1（日）	2 2（月）	2 3（火）	2 4（水）	2 5（木）	2 6（金）	2 7（土）
朝食	◎基本メニュー ご飯 エビ団子煮 スパゲティサラダ 味噌汁・牛乳 1人1食 488 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ 和え物 味噌汁・牛乳 1人1食 485 kcal	◎基本メニュー ご飯 ハムエッグ マカロニサラダ 味噌汁・牛乳 1人1食 492 kcal	◎基本メニュー ご飯 アスパラソテー パンプキンサラダ 味噌汁・牛乳 1人1食 498 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ カニ風味サラダ 味噌汁・牛乳 1人1食 502 kcal	◎基本メニュー ご飯 洋風卵とじ 豆サラダ 味噌汁・牛乳 1人1食 537 kcal	◎基本メニュー ロールパン2ケ クリーム煮 大根とハムのマリネ コンソメスープ・珈琲牛乳 1人1食 443 kcal
	◎パン 食パン エビ団子煮 スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳 1人1食 456 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ 和え物 コンソメスープ・牛乳 1人1食 414 kcal	◎パン ロールパン2ケ ハムエッグ マカロニサラダ コンソメスープ・牛乳 1人1食 454 kcal	◎パン ロールパン2ケ アスパラソテー パンプキンサラダ コンソメスープ・牛乳 1人1食 469 kcal	◎パン ロールパン2ケ ほくほくカボチャ カニ風味サラダ コンソメスープ・牛乳 1人1食 512 kcal	◎パン ロールパン2ケ 洋風卵とじ 豆サラダ コンソメスープ・牛乳 1人1食 508 kcal	
昼食	ちらし寿司 揚げ茄子の煮びたし ひじきと水菜のサラダ 茶わん蒸し メロン ＜父の日＞ 1人1食 564 kcal	カレーライス（ポーク） エビキャベツ炒め ミモザサラダ フルーツポンチ 1人1食 578 kcal	ご飯 白身魚マスタード焼 付）ブロッコリー グリル野菜のトマト煮 シーザー風サラダ コンソメスープ 1人1食 505 kcal	他人丼 ひじき煮 青菜のお浸し すまし汁 1人1食 505 kcal	ご飯 鶏肉の梅味噌焼き 付）ブロッコリー 生揚げの煮つけ 青菜のおろし和え すまし汁 1人1食 537 kcal	味噌ラーメン レンコンの金平 白菜としらすのおかか和え フルーツ 1人1食 502 kcal	ご飯 豚肉とごぼうの炒り煮 炊き合わせ 青菜の辛子和え すまし汁 1人1食 539 kcal
間食	パインゼリー 1人1食 38 kcal	レモンケーキ 1人1食 68 kcal	カカオケーキ 1人1食 90 kcal	マドレーヌ 1人1食 92 kcal	マスカットゼリー 1人1食 35 kcal	ココアムース 1人1食 76 kcal	杏仁豆腐 1人1食 68 kcal
夕食	ご飯 豚とろろ 糸昆布煮 納豆 すまし汁 1人1食 555 kcal	ご飯 鶏肉の山椒焼き 付）ふき 里芋の煮物 インゲンの酢味噌和え 味噌汁 1人1食 518 kcal	ご飯 豚肉と大根の甘辛煮 青菜のオイスター炒め 白菜の梅おかか和え かきたま汁 1人1食 514 kcal	ご飯 アジの生姜煮 金平ごぼう 長芋のお浸し 味噌汁 1人1食 471 kcal	ご飯 華風卵焼き 付）いんげん 野菜の和風煮 キャベツのお浸し 味噌汁 1人1食 504 kcal	ご飯 鶏肉のみぞれ煮 エビ団子煮 グリーンサラダ 味噌汁 1人1食 505 kcal	ご飯 豆腐のチリソース煮 エビキャベツ炒め ブロッコリーサラダ すまし汁 1人1食 465 kcal
	2 8（日）	2 9（月）	3 0（火）				
朝食	◎基本メニュー ご飯 目玉焼き 青菜のきのこ和え 味噌汁・牛乳 1人1食 392 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ スパゲティサラダ 味噌汁・牛乳 1人1食 545 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほく南瓜 マカロニサラダ 味噌汁・牛乳 1人1食 539 kcal				
	◎パン ロールパン2ケ 目玉焼き 青菜のきのこ和え コンソメスープ・牛乳 1人1食 363 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳 1人1食 474 kcal	◎パン 食パン ほくほく南瓜 マカロニサラダ コンソメスープ・牛乳 1人1食 457 kcal				
昼食	ご飯 鶏肉のレモン焼き 付）ブロッコリー じゃが芋のそぼろ煮 茄子の胡麻和え 味噌汁 1人1食 568 kcal	ご飯 鰯磯辺揚げ 軟）鰯磯辺焼 付）キャベツ 青菜とえびの中華煮 トマトサラダ すまし汁 1人1食 478 kcal	ご飯 鶏肉のねぎ塩のせ 付）ブロッコリー 野菜のあんかけ炒め 長いもの梅和え 味噌汁 1人1食 511 kcal				
間食	シフォンケーキ 1人1食 92 kcal	きなこ餅せんべい 1人1食 40 kcal	ロールケーキ 1人1食 85 kcal				
夕食	ご飯 鮭のマッシュポテト焼き 付）いんげん 南瓜の煮つけ おくらのおかか和え すまし汁 1人1食 503 kcal	ご飯 和風ハンバーグ 付）大根おろし 焼き豆腐の煮物 ごぼうサラダ 味噌汁 1人1食 553 kcal	ご飯 赤魚の粕漬焼き 付）ししとう 茄子の煮つけ ツナサラダ 味噌汁 1人1食 493 kcal				

献立は食材の仕入れにより変更することがあります。あらかじめご了承ください。