

献立一覧表

2024年8月 [常食]

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
朝食					ご飯 みそ汁 ブロッコリーとベーコンの炒め物 スパゲティースラダ ジョア	ご飯 みそ汁 炒り豆腐 きゅうりの酢の物 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 里芋のそぼろ煮 小松菜の和え物 ヤクルト
昼食					大葉と生姜の混ぜご飯 すまし汁、アジの南蛮漬け 冬瓜のホタテあんかけ 湯葉のオクラのごま和え 水ようかん	ご飯 みそ汁 蒸し鶏の梅肉ソース ごぼうの炒り煮 フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 えび団子と野菜の炒め煮 なめこ豆腐 りんごヨーグルト
おやつ					ドーナツ	水まんじゅう	プチシュー
夕食					ご飯 中華スープ 豚肉のピリ辛炒め 野菜の塩麴炒め もやしの中華和え	ご飯 豆乳スープ さばの香味焼き マカロニのトマト煮 ほうれん草のおかか和え	ご飯 中華スープ 回鍋肉 カリフラワーの中華煮 チンゲン菜と蒸し鶏の和え物
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	ご飯 みそ汁 さんまの甘露煮 オクラのしらす和え ジョア	ご飯 みそ汁 厚焼き卵 カリフラワーのピーナッツ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 がんと野菜の煮物 チンゲン菜のなめたけ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 チーズ入りスクランブル カリフラワーとコーンのサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 アスパラとウインナーのソテー 納豆 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ほうれん草と車麴の煮物 ごぼうサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 切り干し大根の炒り煮 白菜のゆかり和え ジョア
昼食	ご飯 みそ汁 鶏肉の竜田揚げ もやしのごま和え 黄桃缶	ご飯 すまし汁 白身魚の沢煮 なすのケチャップ炒め キウイフルーツ	ご飯 みそ汁 あさりの卵とじ 豆サラダ パイン缶	えびピラフ コンソメスープ ハムカツ さつま芋サラダ カルピスゼリー	ご飯 中華スープ さわらの西京焼き かぶの炒め物 みかん缶	肉みそキャベツロコモコ風丼 すまし汁 なすのおろし煮 きゅうりとわかめのサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 中華スープ 白身魚のおぼろ昆布蒸し 大学芋 パイン缶
おやつ	ストロベリーゼリー	たい焼き	ストロベリームース	コーヒーロール	あんパン	どら焼き	手作りアップルケーキ
夕食	ご飯 すまし汁 白身魚のバター醤油焼き ピーマン炒め いんげんの生姜和え	ご飯 みそ汁 ゴーヤと豆腐の炒め物 冬瓜の煮物 小松菜のゆず浸し	ご飯 中華スープ 蒸し餃子の中華ダレ かぶのかに風味あんかけ キャベツの和え物	ご飯 すまし汁 白身魚の南蛮漬け なすの香味炒め 白菜のサラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉の韓国風照り焼き つみれと野菜の煮物 いんげんとハムのサラダ	ご飯 みそ汁 めばるのピカタ カリフラワーの炒め チンゲン菜とかにかまのサラダ	ご飯 すまし汁 鶏肉のピーナッツソースかけ 菜の花としめじの煮浸し きゅうりの梅和え
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	ご飯 みそ汁 ひじきと大豆の煮物 小松菜のしらす和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 大根とつみれの煮物 金時煮豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 じゃが芋の炒め物 ブロッコリーと蒸し鶏のごま和え ジョア	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 もやしのお浸し ヨーグルト	ご飯 みそ汁 なすの甘辛炒め チンゲン菜のごま和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒り煮 えのきと白菜のお浸し ジョア	ご飯 みそ汁 ハム入り野菜炒め 納豆 ヨーグルト
昼食	ご飯 コンソメスープ ハンバーグ ブロッコリーとベーコンの炒め物 みかん缶	ご飯 かき玉スープ 白身魚のフライ もやしとゴーヤの炒め物 黄桃缶	ご飯 夏野菜チキンカレー コンソメスープ キャベツとしめじのソテー フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 さばのみりん焼き 車麴の煮物 白桃缶	ご飯 中華スープ えびと生揚げのチリソース オクラのゆず風味 バナナ	ご飯 コンソメスープ スパニッシュオムレツ 野菜のクリーム煮 パイン缶	ご飯 すまし汁 鶏肉のパン粉焼き さつま芋の金平 りんご缶
おやつ	青梅ゼリー	ヨーグルトケーキ	ライチゼリー	やわらかおかき	グレープゼリー	水ようかん	ショコラプチケーキ
夕食	ご飯 みそ汁 白身魚のマヨマスタード焼き 鶏肉と里芋の煮物 オクラとコーンのサラダ	ご飯 みそ汁 中華風卵焼き シュウマイ 菜の花とかまぼこのサラダ	ご飯 みそ汁 たらと豆腐の煮付け 小松菜とあさりの塩炒め 人参サラダ	ご飯 すまし汁 豚肉のスタミナ炒め 冬瓜のみそ煮 春雨サラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉の梅肉焼き カリフラワーの薄くず煮 いんげんの生姜和え	ご飯 みそ汁 めばるの山椒煮 ひじきとさつま揚げの煮物 中華冷奴	ご飯 みそ汁 マスのポン酢かけ 里芋の含め煮 キャベツのからし和え
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	ご飯 みそ汁 つみれと野菜の煮物 オクラのごま和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ブロッコリーソテー キャベツのゆかり和え ジョア	ご飯 みそ汁 目玉焼き 白菜の二色和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 はんぺんと野菜の煮物 キャベツのおかか和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ウインナーと野菜のスープ煮 ブロッコリーのチーズサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 いんげんの煮浸し かぶのゆかり和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 キャベツと生揚げの炒め物 なすのドレッシングかけ ヤクルト
昼食	ご飯 すまし汁 白身魚のねぎソース 鶏肉と高野豆腐の旨煮 フルーツカクテル缶	ごまダレ冷やし中華 小松菜のじゃこ炒め かぶの和風炒め パイン缶	ご飯 みそ汁 あじの香味焼き 切り干し大根の煮物 みかん缶	パン コーンポタージュ チキンピカタ じゃが芋のガーリックソテー 白桃缶	ご飯 すまし汁 さばのみそ煮 ほうれん草と干しえびの炒め物 パイン缶	ご飯 中華スープ、二色丼 豚肉のオイスターソース炒め もやしの中華サラダ フルーツカクテル缶	ご飯 すまし汁 鶏の幽庵焼き 大根の青じそ和え 黄桃缶
おやつ	黒ごまプリン	せんべい	黒糖ケーキ	ヨーグルトババロア	ドーナツ	ピーナッツパン	コーヒーゼリー
夕食	ご飯 みそ汁 豚肉の柳川風煮 れんこんのソテー カリフラワーのマリネ	ご飯 みそ汁 白身魚のカレームニエル 夏野菜のさっぱり炒め 菜の花としめじの和え物	ご飯 中華スープ 肉団子の酢豚風 もやしの炒め物 さつま芋のごまサラダ	ご飯 みそ汁 白身魚のみりん焼き いんげんの炒め物 かぶとわかめのサラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉と根菜の炒め なすの揚げ浸し 春雨の酢の物	ご飯 みそ汁 さわらの若菜蒸し アスパラとコーンの炒め物 カリフラワーのドレッシングかけ	ご飯 みそ汁 揚げ出し豆腐のかにあんかけ じゃが芋のコンソメ煮 小松菜のお浸し
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ご飯 みそ汁 卵と野菜の炒め物 さつま芋サラダ ジョア	ご飯 みそ汁 チンゲン菜としらすの煮物 カリフラワーのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 さんまの甘露煮 菜の花とかまぼこのわさび和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 オムレツ 大根のドレッシング和え ジョア	ご飯 みそ汁 がんと野菜の煮物 白菜のお浸し ヨーグルト	ご飯 みそ汁 はんぺんとふきの煮物 キャベツのゆかり風味 ヤクルト	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 青菜とかにかまのお浸し ジョア
昼食	ご飯 みそ汁 あじの塩焼き いんげんのピーナッツ和え みかん缶	ご飯 みそ汁 メンチカツ 南瓜とえんどうの煮物 ヨーグルトフルーツソース	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 かぶの炒め物 パイン缶	ツナとズッキーニのスパゲティ 豆乳スープ 根菜の炒り煮 フルーツカクテル缶	ご飯 中華スープ えびと卵の塩炒め チンゲン菜のクリーム煮 黄桃缶	ご飯 すまし汁 鶏の唐揚げおろしあん カリフラワーのくるみ和え りんご	ご飯 みそ汁 めばるの梅ソース 車麴のそぼろあんかけ フルーツカクテル缶
おやつ	スイスロール	二色ゼリー	紅茶ケーキ	いちごムース	バームクーヘン	メロンゼリー	パンケーキ
夕食	ご飯 中華スープ 豚肉と野菜の五目煮 蒸し餃子 白菜の中華和え	ご飯 みそ汁 白身魚の煮付け 大根と竹輪の金平 煮豆	ご飯 すまし汁 豚肉とキャベツの中華炒め 里芋のずんだ和え 春雨の酢の物	ご飯 すまし汁 肉団子と野菜の煮物 ほうれん草とツナのソテー ブロッコリーの和風和え	ご飯 みそ汁 たらの酒蒸し さつま芋と刻昆布の煮物 小松菜とかにかまのサラダ	ご飯 みそ汁 豆腐ステーキ明太ソース 冬瓜のひすい煮 人参のフレンチサラダ	ご飯 野菜椀 なすと豚肉のみそ炒め ふきと油揚げの煮物 ほうれん草の生姜風味

【特別養護老人ホームカメリア・ショートステイカメリア】

\*都合により献立を変更することがあります。