

# 特別養護老人ホーム ケアカレッジ

# 9月献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	ご飯 味噌汁 大豆とひじきの煮物 和風ドレ和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 魚肉ソーセージと野菜の炒め 白菜の和え物 ジョア 漬物	ご飯 味噌汁 南瓜のそぼろ煮 とろろ納豆 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 白菜の炒り煮 ブロッコリーの和え物 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 はんぺんと野菜の煮物 青じそ和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 キャベツとハムの炒め 白菜のごま和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 さつま揚げと野菜の炒め ゆかり和え 牛乳 漬物
昼食	ご飯 味噌汁 鶏のから揚げ バター醤油炒め ピーチムース	きつねうどん さつま揚げの味噌炒め ゴマ酢和え バナナムース 	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 菜花の塩昆布和え オレンジゼリー	中華丼 中華スープ 棒棒鶏 杏仁豆腐 	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き 春雨の炒め物 レモンゼリー	鶏ごぼうご飯 味噌汁 炒り豆腐 南瓜の煮物 いちごゼリー	ご飯 味噌汁 エビと野菜の卵とじ 大根のごま炒め メロンゼリー
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜のうま煮 カリフラワーの和え物	ご飯 味噌汁 サバのカレー風味焼き もやしのポン酢和え	ご飯 味噌汁 豚ニラ炒め 小松菜の和風サラダ	ご飯 味噌汁 鶏の明太子マヨ焼き 青菜のなめ茸和え	ご飯 コンソメスープ 鶏と野菜のクリーム煮 フレンチサラダ	ご飯 味噌汁 タラの野菜あんかけ 切干大根のナムル	ご飯 すまし汁 鶏のねぎ味噌焼き バター醤油炒め
3時	やわらかおかき	いちごパフェ	栗ようかん	コーヒーオムレット	抹茶のパンケーキ	チョコクレープ	ココアプリン
	1561kcal 蛋白質 55.1g 脂質 43.9g 食塩 8g	1502kcal 蛋白質 55.1g 脂質 36.1g 食塩 8.5g	1513kcal 蛋白質 56.1g 脂質 25.6g 食塩 7.3g	1594kcal 蛋白質 59.8g 脂質 41g 食塩 8g	1573kcal 蛋白質 58.3g 脂質 30g 食塩 8g	1592kcal 蛋白質 56.8g 脂質 32.3g 食塩 8.7g	1556kcal 蛋白質 57.9g 脂質 34.9g 食塩 6.9g
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	ご飯 味噌汁 ウインナーの炒め物 ツナサラダ 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 車麩と野菜の煮物 ハムサラダ 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 鶏そぼろともやしの炒め物 納豆 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ ツナマヨサラダ 乳酸菌飲料 漬物	ご飯 味噌汁 春雨の炒め物 カリフラワーの中華サラダ 牛乳 漬物 	ご飯 味噌汁 つみれと野菜の煮物 なめ茸和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 ツナと青菜のサラダ 牛乳 漬物
昼食	ご飯 味噌汁 肉じゃが ひじきサラダ オレンジムース	ご飯 味噌汁 鶏の竜田揚げ おろしポン酢 きゅうりの生姜和え 黒ゴマプリン	シーフードカレー コンソメスープ フレンチサラダ 福神漬 ストロベリーヨーグルト 	ご飯 味噌汁 ブリの照り焼き 蓮根和風炒め物 ぶどうゼリー	豚丼 味噌汁 じゃが芋のマスタードマヨ和え ピーチゼリー 	ご飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ シュリンプサラダ 青りんごゼリー	ご飯 すまし汁 高野豆腐と野菜の卵とじ 大根の青じそ和え いちごムース
夕食	ご飯 味噌汁 ホッケの梅だれ焼き 切り干し大根のマヨポンサラダ	ご飯 味噌汁 厚揚げのたらこマヨ炒め 青じそサラダ	ご飯 味噌汁 擬製豆腐 大根と蒸し鶏の炒め	ご飯 味噌汁 鶏肉の生姜炒め 南瓜の煮物	ご飯 味噌汁 ツナとほうれん草の卵焼き アスパラソテー	ご飯 味噌汁 豆腐と豚肉の炒め 大豆といんげんのマヨ和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の幽庵焼き じゃが芋のおかか炒め
3時	マンゴープリン	今川焼き	かぼちゃババロア	レモンケーキ	バナナプリン	紅茶ケーキ	バナナオムレット
	1590kcal 蛋白質 56g 脂質 45.1g 食塩 7.3g	1604kcal 蛋白質 55g 脂質 39.9g 食塩 7.7g	1528kcal 蛋白質 58.2g 脂質 37.1g 食塩 9.5g	1650kcal 蛋白質 56.1g 脂質 42.5g 食塩 5.7g	1626kcal 蛋白質 55.1g 脂質 44.2g 食塩 8g	1550kcal 蛋白質 58.4g 脂質 32.4g 食塩 10.5g	1673kcal 蛋白質 55.2g 脂質 37.5g 食塩 8.7g

※仕入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。

# 特別養護老人ホーム ケアカレッジ

# 9月献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	15	16	17	18	19	20	21
朝食	ご飯 味噌汁 さつま揚げの甘辛炒め カブのごま酢和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 マカロニのケチャップ炒め 人参サラダ 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 がんもと野菜の煮物 土佐納豆 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 ツナじゃが 辛子和え 乳酸菌飲料 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子の野菜あんかけ ブロッコリーサラダ 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 白菜と油揚げの炒り煮 ゆかり和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 アスパラと魚肉ソーセージの炒め 里芋のマヨ和え 牛乳 漬物
昼食	赤飯 お吸い物 天ぷら盛合せ 炊き合わせ ポテトサラダ / 漬物	ご飯 味噌汁 サバの塩麹焼き 大根サラダ オレンジゼリー	ちらし寿司 すまし汁 筑前煮 菜花のピーナッツ和え レモンゼリー	タンメン 焼売 ハムサラダ メロンゼリー	ご飯 味噌汁 鱈の南蛮漬け さつまあげの炒り煮 青りんごゼリー	車麩丼 味噌汁 キャベツのごまドレ和え 黒ゴマプリン	ご飯 味噌汁 鶏のカレー風味焼き 焼豆腐の土佐煮 ピーチゼリー
夕食	ご飯 味噌汁 豚野菜炒め 小松菜の青じそ和え	ご飯 コンソメスープ 海老団子と白菜のクリーム煮 カリフラワーサラダ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め さつま芋の含め煮	ご飯 味噌汁 赤魚の粕漬け焼き きのこベーコンの炒め	ご飯 味噌汁 鶏肉と里芋の煮物 和風ドレ和え	ご飯 すまし汁 鱈の柚子味噌焼き オイスター炒め	ご飯 中華スープ オイスターマヨ炒め もやしの甘酢和え
3時	敬老の日デザート	練乳あずきプリン	ワッフル	スイスパウム	どら焼き	やわらかおかき	りんごプリン
	エネルギー 1564kcal 蛋白質 50.3g 脂質 35.1g 食塩 8.3g	エネルギー 1562kcal 蛋白質 55.1g 脂質 30.3g 食塩 9.5g	エネルギー 1622kcal 蛋白質 56.6g 脂質 32.8g 食塩 7.5g	エネルギー 1461kcal 蛋白質 56.3g 脂質 36.1g 食塩 13.1g	エネルギー 1639kcal 蛋白質 59.5g 脂質 28.2g 食塩 9.2g	エネルギー 1483kcal 蛋白質 55.2g 脂質 34.8g 食塩 7.2g	エネルギー 1575kcal 蛋白質 57.1g 脂質 38.1g 食塩 8.9g
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	ご飯 味噌汁 里芋と竹輪の煮物 わさび醤油和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 エビ団子と冬瓜の煮物 青梗菜の中華和え ジョア 漬物	ご飯 味噌汁 キャベツと桜エビの炒め物 おくら納豆 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 オムレツ ハムと野菜ソテー 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 大豆とひじきの煮物 梅ドレ和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 里芋のそぼろ煮 人参のピーナッツ和え 牛乳 漬物	ご飯 味噌汁 車麩と野菜の煮物 青菜のごまドレ和え 牛乳 漬物
昼食	三色丼 味噌汁 大根と豚肉の煮物 ぶどうゼリー	ご飯 かき玉汁 コロッケ 卵の花炒め いちごプリン	ご飯 春雨スープ 回鍋肉 もやしの甘酢和え 杏仁ムース	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 小松菜と油揚げの煮びたし オレンジゼリー	ご飯 味噌汁 コンソメスープ 肉団子のケチャップ煮 青じそサラダ レモンゼリー	ご飯 味噌汁 鮭のバター醤油焼き ちくわの辛子マヨ和え ピーチゼリー	ご飯 味噌汁 ガリバタチキン いんげんの塩こんぶ和え バナナムース
夕食	ご飯 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ 切干大根のナムル	ご飯 味噌汁 カレーの煮つけ 里芋のわさびマヨ和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅照り焼き じゃが芋の真砂炒め	ご飯 味噌汁 アジの幽庵焼き 青菜のごま風味炒め	ご飯 味噌汁 豚ともやしの卵とじ いんげんの金平	ご飯 味噌汁 鶏とカブの韓国風炒め 南瓜の煮物	ご飯 すまし汁 サバの味噌煮 さつま揚げの金平
3時	いちごクレープ	ようかん	カステラ	抹茶プリン	黒糖ケーキ	ほうじ茶パフェ	バニラババロア
	エネルギー 1580kcal 蛋白質 59.5g 脂質 33.8g 食塩 8.8g	エネルギー 1574kcal 蛋白質 56.7g 脂質 25.3g 食塩 7.8g	エネルギー 1592kcal 蛋白質 59g 脂質 31.5g 食塩 7.6g	エネルギー 1534kcal 蛋白質 58.2g 脂質 34.5g 食塩 6.6g	エネルギー 1606kcal 蛋白質 57.6g 脂質 43.2g 食塩 10.8g	エネルギー 1561kcal 蛋白質 55.2g 脂質 30.4g 食塩 6.6g	エネルギー 1506kcal 蛋白質 56.1g 脂質 33.7g 食塩 7.2g

※仕入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。

# 特別養護老人ホーム ケアカレッジ

# 9月献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	29	30					
朝食	ご飯 味噌汁 海老とキャベツの煮物 人参の塩昆布の和え物 牛乳 漬物 	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜のポン酢煮 ブロccoliのごま和え 牛乳 漬物 					
昼食	ご飯 中華スープ ニラ玉炒め 手作り餃子 ピーチゼリー 	ポークカレー コンソメスープ ツナサラダ 薬味 りんごムース					
夕食	ご飯 すまし汁 ほっけの甘味噌焼き 小松菜と竹輪の炒め物	ご飯 味噌汁 厚揚げのオイスター炒め ほうれん草のサラダ					
3時	いちごミルクプリン	ロールケーキ					
	エネルギー 1537kcal 蛋白質 56.2g 脂質 29g 食塩 8.9g	エネルギー 1671kcal 蛋白質 56.8g 脂質 41.9g 食塩 9.6g					
朝食							
昼食							
夕食							
3時							

※仕入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。