

献立表

現 場：大阪城ケアホーム

献立種類：常食（個別献立 / A / B）

期 間：2024/7/8～2024/7/14



	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14
朝食	レーズンペストリー オレンジ 牛乳	ミルクツイスト 白桃缶 牛乳	メロンパン りんご缶 牛乳	ワッパン・ニッシュ バナナ 牛乳	NEGMARU-#30g×2 バイン 牛乳	レーズン・ウガ ミカン缶 牛乳	ミニ山シュガー 洋ナシ缶 牛乳
昼食	米飯 ヒレカツ ポテトサラダ（かみ入り） 白菜と小柱のスープ煮 コンソメスープ ふりかけ	米飯 鯖の甘辛ネギ焼き 長芋とオクラのサラダ 大根の煮物 すまし汁 ふりかけ	米飯 豚肉の炒め物デミグラスソース ブロッコリーとツナの炒め物 小松菜の和え物 味噌汁 ふりかけ	夏の香り寿司 揚げ出し豆腐 法蓮草と昆布の和え物 赤だし	米飯 一銭焼風卵焼き にぎやかきんぴら ブロッコリーの青じそドレあえ 味噌汁 ふりかけ	ゆかりおにぎり 醤油ラーメン しらす和え 揚げ春巻き 	米飯 牛肉と豆腐の煮物 シロナの煮浸し オクラのおかかあえ 味噌汁 ふりかけ
夕食	米飯 メバルの照り焼 青梗菜とツナのゆずかつおあえ 味噌汁 つぼ漬	米飯 鶏肉と蒟蒻のみそ煮 シロナとソーセージのサラダ 野菜炒め 刻みたくあん	米飯 ブリのムニエル スパゲッティサラダ 青梗菜とハムの炒め物 ピーマン漬	米飯 チキンのピザ風味焼き 胡瓜とかまぼこの中華あえ 里芋の煮物 シソの実漬	米飯 鯖の生姜煮 春菊と白菜の胡麻和え 切干大根煮 シバ漬け	米飯 肉団子の甘辛煮 シロナとベーコンのサラダ 味噌汁 青かつば漬	米飯 ほきの梅マヨ焼き さつま芋とレーズンのウガ 三度豆とベーコンのバター醤油炒め 赤かつば漬
3時	今川焼 お茶	ふわふわワッフル（抹茶） コーヒー	味噌饅頭 お茶	ヨーグルトバナナ 紅茶	白こしあん饅頭 お茶	マーブルケーキ（1/2） コーヒー	えびおかき お茶
	エネルギー 1565kcal 蛋白質 52g 脂質 39.7g 炭水化物 246.5g 食塩 7.6g 食物繊維 11.3g	エネルギー 1536kcal 蛋白質 51.8g 脂質 45g 炭水化物 224.8g 食塩 5g 食物繊維 12.9g	エネルギー 1674kcal 蛋白質 54.4g 脂質 58.7g 炭水化物 225g 食塩 5.6g 食物繊維 9.8g	エネルギー 1671kcal 蛋白質 55.4g 脂質 56.9g 炭水化物 231.1g 食塩 7.1g 食物繊維 10.3g	エネルギー 1592kcal 蛋白質 57.4g 脂質 45.4g 炭水化物 233.5g 食塩 6.8g 食物繊維 13.1g	エネルギー 1523kcal 蛋白質 47.5g 脂質 47.4g 炭水化物 222.6g 食塩 8.7g 食物繊維 10.8g	エネルギー 1592kcal 蛋白質 50.9g 脂質 53.8g 炭水化物 244.4g 食塩 6.2g 食

