

予定献立表

介護老人福祉施設大和の里

基本[入所]

令和8年7月1日～令和8年7月7日

	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)	7月6日(月)	7月7日(火)
朝食	ご飯 みそ汁(白菜、玉葱) オムレツ ほうれん草のなめたけ和え 漬物	ご飯 みそ汁(ぶなしめじ、あさつき) 五目豆 オクラの梅肉和え 漬物	ご飯 みそ汁(とうがん、わかめ) 野菜炒め とろろ ふりかけ(さけ)	ご飯 みそ汁(舞茸、葱) ひじきの煮物 カリフラワーのピーナッツ和え 漬物	ご飯 みそ汁(ほうれん草、えのき) 金平ごぼう 大根のゆず和え 漬物	ご飯 みそ汁(豆腐、油揚げ) うの花炒り 玉ねぎの梅肉和え もろみ風味噌	ご飯 みそ汁(キャベツ、葱) お魚豆腐の煮物 ふきのお浸し 漬物
昼食	ご飯 豚肉の卸ししょうゆ焼き 高野豆腐のそぼろ煮 アスパラガスのマヨネーズ和え みそ汁(なめこ、油揚げ) バナナ	ご飯 さわらの幽庵焼 筍の炒め物 青菜の辛子和え 清汁 ピーチゼリー	サラダうどん はんぺんの二色揚げ 白菜の即席漬 プリン	ご飯 豚肉のガーリックオニオンダレ マカロニソテー 青菜のわさび和え にら卵スープ レモンゼリー	ご飯 鮭の明太マヨネーズ焼 野菜ソテー さつまいものごまドレ和え ワカメスープ フルーチェ(みかん)	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼 チンゲン菜のピリ辛炒め 長芋のゆかり和え 清汁 フルーツ	三色そうめん セタコロッケ 小松菜のピーナッツ和え ヨーグルト
夕食	ご飯 ほっけの照り焼き さつまいものバター炒め セロリともやしの和え物	ご飯 擬製豆腐 かぼちやの煮付 きゅうりの酢の物	ご飯 鶏つくねの照り焼き 大根の金平風 ほうれん草のおかか和え	ご飯 あじの生姜煮 厚揚げの煮物 いんげんの中華和え	ご飯 えび団子と野菜のスープ煮 なすの甘辛炒め はるさめサラダ	ご飯 ブリの蒲焼 もやしのコンソメソテー 卵豆腐	ご飯 牛肉の洋風炒め ブロッコリーのソテー じゃがいものマヨ和え
栄養素	エネルギー 1539 kcal	エネルギー 1320 kcal	エネルギー 1419 kcal	エネルギー 1424 kcal	エネルギー 1416 kcal	エネルギー 1512 kcal	エネルギー 1399 kcal

予定献立表

介護老人福祉施設大和の里

基本[入所]

令和8年7月8日～令和8年7月14日

	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)
朝食	ご飯 みそ汁(大根、わかめ) 里芋のそぼろあんかけ いんげんのおかか和え 昆布佃煮	ご飯 みそ汁(とうがん、葱) 笹かま煮 ごぼうサラダ ふりかけ(たらこ)	ご飯 みそ汁(玉ねぎ、小松菜) ウインナーソテー ポテトサラダ(朝食用) 金山寺味噌	ご飯 みそ汁(白菜、油揚げ) 高野豆腐の寄せ煮 ほうれん草の生姜和え 漬物	ご飯 みそ汁(えのき、葱) かにつみれの煮物 キャベツの彩酢物(朝食用) ふりかけ(かつお)	ご飯 みそ汁(もやし、あさつき) がんもどきの含め煮 セロリと野菜のサラダ のりつくだ煮	ご飯 みそ汁(なめこ、油揚げ) ひじきの煮物 春菊のピーナッツ和え 梅びしお
昼食	ご飯 さばの香味焼 白菜とえびの炒め煮 菜の花のわさび和え 清汁 バナナ	ご飯 揚げ出し豆腐のなめこあん ブロッコリーのソテー キャベツの洋風和え ワカメスープ リンゴゼリー	キーマカレー きのこのソテー 大根サラダ 杏仁豆腐	ご飯 ポークチャップ 茄子の炒め物 れんこんのドレ和え コーンクリームスープ グレープゼリー	ゆかりごはん 鶏肉の照焼き かぼちゃのソテー もずく酢 みそ汁(大根、豆苗) ヨーグルト	うな重 胡瓜と蟹の酢の物 胡麻豆腐 漬物 茶碗蒸し ロールケーキ	ご飯 鮭のバターしょうゆ焼 菜の花の炒め物 枝豆とトマトの和え物 みそ汁(里芋、葱) フルーツ(もも、みかん)
夕食	ご飯 つみれの炒め物 茄子の煮物 トマトのサラダ	ご飯 ゆで豚と野菜のごまみそかけ さつまいものレモン煮 春菊のゆず和え	ご飯 めばるのポン酢かけ ちくわの煮物 胡瓜と蟹カマの和え物	ご飯 千草焼 長芋の煮付 いんげんのおかか和え	ご飯 白身魚のピカタ ビーフンソテー 根みつばと野菜の柚子胡椒和え	ご飯 牛肉とれんこんのオイスター炒め カリフラワーの炒め物 ゴーヤのサラダ	ご飯 豚肉のしょうが炒め 長芋とほたての煮物 キャベツのゆかり和え
栄養素	エネルギー 1498 kcal	エネルギー 1540 kcal	エネルギー 1461 kcal	エネルギー 1576 kcal	エネルギー 1459 kcal	エネルギー 1543 kcal	エネルギー 1412 kcal

予定献立表

介護老人福祉施設大和の里

基本[入所]

令和8年7月15日～令和8年7月21日

	7月15日(水)	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)
朝食	ご飯 みそ汁(かぼちゃ、葱) 高野豆腐の含め煮 いんげんのごま和え たいみそ	ご飯 みそ汁(もやし、あさつき) 切り昆布の煮物 玉ねぎの和え物 漬物	ご飯 みそ汁(キャベツ、わかめ) 金平れんこん 白菜のピーナッツ和え 漬物	ご飯 みそ汁(豆腐、えのき) お魚豆腐の煮物 里芋の大豆クリーム煮(朝食用) 昆布佃煮	ご飯 みそ汁(しめじ、葱) 五目豆 なすのわさび和え 漬物	ご飯 みそ汁 スペイン風オムレツ(朝食用) れんこんのドレ和え もろみ風味噌	ご飯 みそ汁(なめこ、葱) 高野豆腐の含め煮 いんげんのごま和え ふりかけ(たまご)
昼食	ご飯 揚げつけカレイ 切干大根の煮付 ほうれん草のレモンしょうゆ和え みそ汁(舞茸、わかめ) オレンジ	きつねきしめん だし巻き卵 茄子のしょうが和え ヨーグルト	ご飯 エビチリ じゃが芋のソテー ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(玉葱、麩) ゆずゼリー	ご飯 鶏ももの塩麴焼き もやしの炒め物 オクラのゆかり和え 春雨スープ ベリーミックスゼリー	ご飯 赤魚粕漬焼き チンゲン菜とベーコンの炒め物 かぼちゃの和風和え みそ汁(冬瓜、油揚げ) フルーチェ(ぶどう)	チキンカレー ミニハンバーグ 春菊のゆず和え フルーツヨーグルト	ご飯 クリームコロッケ&ホタテ風フライ とうがんのえびあんかけ きゅうりの酢の物 清汁 ピーチゼリー
夕食	ご飯 鶏肉のカレームニエル とうがんの煮物 れんこんのドレ和え	ご飯 ぶりの照焼 さつまいもの甘煮 菜の花のからし和え	ご飯 牛肉のしぐれ煮 ピーマンの炒め物 大根サラダ	ご飯 ほっけの照り焼き 筍のソテー 小松菜のおかか和え	ご飯 豚肉のスタミナ炒め 白菜とえびの炒め煮 ブロッコリーサラダ	ご飯 カレイの胡麻焼 野菜ソテー 冷ややっこ	ご飯 筑前煮 カリフラワーの炒め物 菜花の和え物
栄養素	エネルギー 1465 kcal	エネルギー 1422 kcal	エネルギー 1505 kcal	エネルギー 1465 kcal	エネルギー 1458 kcal	エネルギー 1477 kcal	エネルギー 1533 kcal

予定献立表

介護老人福祉施設大和の里

基本[入所]

令和8年7月22日～令和8年7月28日

	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)
朝食	ご飯 みそ汁(かぼちゃ、あさつき) アジの塩焼き ほうれん草の磯和え 漬物	ご飯 みそ汁(小松菜、麩) かにつみれの煮物 青菜と昆布のおひたし(朝食用) ふりかけ(さけ)	ご飯 みそ汁(わかめ、あさつき、油揚げ) がんもどきの含め煮 ふきのお浸し たいみそ	ご飯 みそ汁(キャベツ、葱) うの花炒り 水菜と大根の和え物 のりつくだ煮	ご飯 みそ汁(えのき、あさつき) ごぼうの旨煮 玉ねぎスライス オーロラソースかけ ふりかけ(たらこ)	ご飯 みそ汁(なめこ、油揚げ) 里芋のゆずあんかけ(朝食用) 春菊のごま和え 漬物	ご飯 みそ汁(茄子、葱) 切干大根の煮付 根みつばと玉ねぎのお浸し 漬物
昼食	とろろそば 炒り豆腐 白菜のピーナッツ和え コーヒーゼリー	ご飯 鶏肉の香草焼 ブロッコリーのソテー コールスローサラダ コンソメスープ フルーツ寒天	ご飯 赤魚のから揚げ アスパラガスの炒め物 香り野菜の浅漬 みそ汁(里芋、葱) フルーツ	ご飯 麻婆豆腐 ビーフンソテー ほうれん草のおかか和え ワカメスープ マスカットゼリー	ご飯 さわらの西京焼 ひじきの煮物 れんこんのドレ和え みそ汁(なす、麩) ヨーグルト	冷やし中華 蒸しシューマイ オクラの生姜和え プリン	ご飯 赤魚の黄金焼き 長芋とほたての煮付け 白菜の酢の物 清汁 グレープゼリー
夕食	ご飯 豚肉のオイスター炒め 切干大根の煮付 夏野菜の和えもの	ご飯 さばの塩焼 きのこと青菜の炒り卵 キュウリの和え物	ご飯 ポークビーンズ チンゲン菜とエビの炒め物 ごぼうドレ和え	ご飯 ぶりの柚庵焼 白菜の炒め煮 もやしのゆかり和え	ご飯 厚揚げのねぎ酢だれ 小松菜ときのこのガーリックソテー さつまいもの和風和え	ご飯 たらの煮つけ キャベツ炒め いんげんの辛子和え	ご飯 豆腐ハンバーグ あんかけ 筍のソテー ほうれん草のレモンしょうゆ和え
栄養素	エネルギー 1478 kcal	エネルギー 1454 kcal	エネルギー 1490 kcal	エネルギー 1332 kcal	エネルギー 1511 kcal	エネルギー 1505 kcal	エネルギー 1375 kcal

予定献立表

介護老人福祉施設大和の里

基本[入所]

令和8年7月29日～令和8年7月31日

	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)				
朝食	ご飯 みそ汁(さつまいも、ねぎ) 切り昆布の煮物 ふきのお浸し 山椒ちりめん	ご飯 みそ汁(キャベツ、かいわれ) ミートボールのケチャップソテー じゃが芋のコンクリーム煮(朝食用) ふりかけ(かつお)	ご飯 みそ汁(大根、玉ねぎ) ほうれん草のソテー 白花豆 梅びしお				
	ご飯 鶏肉のゆず胡椒焼き ブロッコリーのソテー セロリと玉ねぎの和え物 春雨スープ バナナ	夏野菜のカレー ささ身のチーズフライ 小松菜のピーナッツ和え フルーツ	ご飯 スパニッシュオムレツ しらたきの炒り煮 水菜と白菜の和え物 みそ汁(なめこ、油揚げ) パインゼリー				
	ご飯 鮭の明太マヨ焼 とうがんのかにあんかけ チンゲン菜のおかか和え	ご飯 豚肉の葱ソース もやしの炒め物 枝豆とえびの和え物	ご飯 めばるのえのきあんかけ 里芋の煮物 カリフラワーのツナ和え				
	エネルギー 1492 kcal	エネルギー 1673 kcal	エネルギー 1510 kcal	エネルギー 0 kcal	エネルギー 0 kcal	エネルギー 0 kcal	エネルギー 0 kcal
栄養素							