

# 予定献立表

特別養護老人ホーム知多

令和8年6月1日～令和8年6月7日

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)
朝食	ご飯 みそ汁(なめこ、油揚げ) 切り昆布の煮物 セロリと玉ねぎの和え物 のりつくだ煮 牛乳	ご飯 みそ汁(茄子、ねぎ) 金平ごぼう きゅうりの酢の物 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(白菜、葱) ウインナーソテー 里芋の大豆クリーム煮(朝食用) 山椒ちりめん 牛乳	ご飯 みそ汁(ほうれん草、玉ねぎ) ミートボールのケチャップソテー カリフラワーのツナ和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(じゃがいも、玉葱) 高野豆腐の寄せ煮 白菜のわさび和え 昆布佃煮 牛乳	ご飯 みそ汁(大根、葱) がんもの煮物 青菜と昆布のおひたし(朝食用) 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(なめこ、葱) 里芋のそぼろ煮 白菜のおかか和え 漬物 牛乳
	ご飯 えびカツ&クリームコロッケ 青菜炒め ナムル 豆腐スープ	ご飯 赤魚粕漬焼き 小松菜と油揚げの炒め物 かぼちゃのサラダ 清汁	ご飯 鶏肉の唐揚げ～梅おろしポン酢かけ～ うの花炒り 春菊の中華風和え物 みそ汁(舞茸、麩)	他人丼 茄子の煮物 さつまいもサラダ コンソメスープ	ちゃんぽん 蟹シュウマイ きゅうりの三杯酢和え	ご飯 鶏肉の明太マヨ焼 筍の土佐煮 春菊のなめたけ和え みそ汁(かぼちゃ、油揚げ)	ご飯 めばるのごま味噌焼き もやしのコンソメソテー オクラのゆかり和え ワカメスープ
間食	フルーツ(もも、みかん)	メロンゼリー	バナナ	パインゼリー	プリン	マスカットゼリー	フルーチェ
夕食	ご飯 あじの煮付け とうがんにかにあんかけ 里芋の梅和え	ご飯 ポークチャップ マカロニソテー ふきのお浸し	ご飯 ぶりの幽庵焼き れんこんの金平 オクラのおかか和え	ご飯 厚揚げのみそ炒め ごぼうの煮物 チンゲン菜のピーナッツ和え	ご飯 ほっけの煮つけ アスパラガスのカレー炒め 玉葱と豆苗のサラダ	ご飯 豆腐のえびあんかけ なすのきんぴら風炒め セロリと玉ねぎの和え物	ご飯 千草焼 ほうれん草とベーコンの和風炒め 枝豆とトマトの和え物
	エネルギー 1449 kcal たんぱく 58.1 g 脂質 36.1 g	エネルギー 1567 kcal たんぱく 69.3 g 脂質 42.3 g	エネルギー 1681 kcal たんぱく 69.3 g 脂質 54.7 g	エネルギー 1634 kcal たんぱく 69.8 g 脂質 47.1 g	エネルギー 1510 kcal たんぱく 67.6 g 脂質 35.3 g	エネルギー 1492 kcal たんぱく 60.4 g 脂質 44.3 g	エネルギー 1452 kcal たんぱく 57.3 g 脂質 38.2 g
栄養素							

# 予定献立表

特別養護老人ホーム知多

令和8年6月8日～令和8年6月14日

	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)
朝食	ご飯 みそ汁(小松菜、油あげ) つみれの煮物 ふきのお浸し ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(えのき、麩) ひじきの煮物 さつまいものごまドレ和え かつお節味噌 牛乳	食パン コンソメスープ ウインナーソテー ごぼうサラダ いちごジャム 牛乳	ご飯 みそ汁(なめこ、玉ねぎ) かぼちゃのそぼろ煮 セロリーと野菜の甘酢和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(えのき、麩) 里芋のゆずあんかけ(朝食用) オクラのゆかり和え 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(さつまいも、玉ねぎ) 切干大根の煮物 白菜のわさび和え たいみそ 牛乳	ご飯 みそ汁(とうがん、わかめ) ハムと野菜の炒め物 とろろ 漬物 牛乳
	ご飯 肉豆腐 じゃが芋のソテー いんげんのピーナッツ和え みそ汁(キャベツ、あさつき)	鶏うどん さらさ焼き 焼きなす	ポークカレー(非常食) 魚フライ ブロッコリーサラダ	ご飯 チキンピカタ しらたきの五目煮 青菜の和え物 コーンクリームスープ	ご飯 コロッケ&ホタテフライ 華風炒め れんこんのドレ和え 清汁	ご飯 鮭の幽庵焼き もやしの金平風 小松菜のおひたし かき玉汁	ご飯 豚肉のねぎみそ焼 カリフラワーの炒め物 コールスローサラダ 清汁
間食	グレープゼリー	コーヒーゼリー	フルーツヨーグルト	オレンジ	ベリーゼリー	リンゴゼリー	ヨーグルト
夕食	ご飯 白身魚のムニエル ブロッコリーのソテー 大根の塩昆布和え	ご飯 さばのみそ煮 白菜とえびの炒め煮 きゅうりの浅漬	ご飯 擬製豆腐 大根の金平風炒め 菜の花のからし和え	ご飯 カレイの胡麻焼 もやしとニラのソテー 根みつばの柚子胡椒和え	ご飯 海老のオイスターソース炒め ほうれん草のソテー 金時豆	ご飯 豆腐の野菜あんかけ 茄子の炒め物 ツナサラダ	ご飯 タラのカレームニエル 青菜の炒めもの 卵豆腐
	エネルギー 1452 kcal たんぱく 60.0 g 脂質 38.2 g	エネルギー 1448 kcal たんぱく 62.0 g 脂質 37.7 g	エネルギー 1590 kcal たんぱく 63.4 g 脂質 55.2 g	エネルギー 1480 kcal たんぱく 63.9 g 脂質 39.4 g	エネルギー 1550 kcal たんぱく 55.8 g 脂質 35.9 g	エネルギー 1479 kcal たんぱく 61.7 g 脂質 36.2 g	エネルギー 1458 kcal たんぱく 65.3 g 脂質 40.7 g
栄養素							

# 予定献立表

特別養護老人ホーム知多

令和8年6月15日～令和8年6月21日

	6月15日(月)	6月16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月20日(土)	6月21日(日)	
朝食	ご飯 みそ汁(茄子、油揚げ) アジの塩焼き 玉ねぎのドレッシング和え 梅びしお 牛乳	ご飯 みそ汁(わかめ、麩、玉ねぎ) うの花炒り 胡瓜とかまぼこの和え物 金山寺味噌 牛乳	ご飯 みそ汁(茄子、もやし) ミートボールのケチャップソテー オクラのおかか和え 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(舞茸、玉葱) さつま揚げのしょうが煮 ポテトサラダ(朝食用) 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(もやし、玉ねぎ) がんもどきの含め煮 青菜と昆布のおひたし(朝食用) 漬物 牛乳	食パン コンソメスープ スクランブルエッグ 白菜サラダ りんごジャム 牛乳	ご飯 みそ汁(とうがん、葱) 切り昆布の煮物 オクラの梅肉和え もろみ風味噌 牛乳	
	ご飯 さわらの香味焼 ビーフンソテー ほうれん草のわさび和え 豚汁		ご飯 鶏肉のゆず胡椒焼き 金平れんこん 白菜のぬた和え みそ汁(さつまいも、葱)	冷やし中華 蒸しシューマイ キャベツの塩昆布和え	ご飯 赤魚の竜田揚げ 里芋のにっころがし 菜の花の胡麻和え ワカメスープ	キーマカレー チキンナゲット 南瓜のサラダ	ご飯 豆腐ハンバーグ あんかけ もやしとニラのソテー キャベツのわさび和え みそ汁(なめこ、あさつき)	
	間食	ピーチゼリー		バナナ	ヨーグルト	レモンゼリー	オレンジゼリー	フルーチェ
	夕食	ご飯 牛肉のしょうが風味炒め 白菜とツナのコンソメ煮 オクラのおひたし	ご飯 ぶりの照焼 長芋の煮付 菜の花のゆず和え	ご飯 豆腐のごま煮 ひじきの煮物 青菜の辛子和え	ご飯 卵巾着 ほうれん草とベーコンの和風炒め なめ茸の卸し和え	ご飯 牛肉のしぐれ煮 アスパラのソテー カリフラワーの甘酢和え	ご飯 ほっけの照り焼き 筍の煮付 ほうれん草のおひたし	ご飯 鶏肉のはちみつ味噌焼き じゃが芋のソテー 小松菜のおかか和え
栄養素	エネルギー 1519 kcal	エネルギー 940 kcal	エネルギー 1486 kcal	エネルギー 1648 kcal	エネルギー 1474 kcal	エネルギー 1543 kcal	エネルギー 1477 kcal	
	たんぱく 65.2 g	たんぱく 41.7 g	たんぱく 57.7 g	たんぱく 65.5 g	たんぱく 58.3 g	たんぱく 66.9 g	たんぱく 58.0 g	
	脂質 38.5 g	脂質 24.2 g	脂質 36.8 g	脂質 40.2 g	脂質 42.0 g	脂質 45.7 g	脂質 37.8 g	

# 予定献立表

特別養護老人ホーム知多

令和8年6月22日～令和8年6月28日

	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	6月27日(土)	6月28日(日)
朝食	ご飯 みそ汁(白菜、葱) 目玉焼き きゅうりのドレッシング和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁(豆腐、葱) ごぼうのうま煮 いんげんのごま和え のりつくだ煮 牛乳	ご飯 みそ汁(わかめ、玉ねぎ) かにつみれの煮物 青菜と昆布のおひたし(朝食用) 鯛味噌 牛乳	ご飯 みそ汁(さつまいも、あさつき) 五目豆 セロリと玉ねぎの酢の物 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(なめこ、ねぎ) 切干大根の煮付 菜の花のわさび和え 昆布佃煮 牛乳	ご飯 みそ汁(えのき、あさつき) れんこんと昆布の煮物 オクラの和え物 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(大根、葱) ウインナーソテー ごぼうサラダ 漬物 牛乳
	きつねきしめん ちくわの二色揚げ 水菜と野菜の和え物	ご飯 鮭のバターじょうゆソテー 大根とえびの炒り煮 きゃべつとささみの和え物 みそ汁(玉葱、豆苗、あさつき)	ご飯 エビのフリッター 炒り豆腐 白菜のゆかり和え みそ汁(舞茸、ねぎ)	ご飯 ハンバーグデミグラスソース スパソテー 野菜サラダ コンソメスープ	五目御飯 さわらの西京焼 とうがんの煮物 根みつばと玉ねぎのお浸し 清汁	ご飯 鶏肉の香味焼 里芋のにっころがし キャベツのピーナツ和え みそ汁(ほうれん草、玉ねぎ)	天津飯 じゃがいものソテー 枝豆とトマトの和え物 ワカメスープ
	プリン	バナナ	グレープゼリー	抹茶ゼリー	オレンジ	ストロベリーゼリー	ヨーグルト
	夕食	ご飯 さばの塩焼 なすの甘辛炒め 春菊のポン酢和え	ご飯 筑前煮 チンゲン菜の中華炒め ふきの含め煮	ご飯 豚肉の香味炒め じゃが芋の煮物 茄子の生姜和え	ご飯 めばるのみりん焼き 枝豆とさつま揚げのピリ辛炒め コールスローサラダ	ご飯 牛肉と筍のオイスターソテー カリフラワーのバター炒め かぼちやのサラダ	ご飯 アジの幽庵焼き 白菜とホタテの炒め煮 冷ややっこ
栄養素	エネルギー 1506 kcal	エネルギー 1547 kcal	エネルギー 1493 kcal	エネルギー 1524 kcal	エネルギー 1503 kcal	エネルギー 1457 kcal	エネルギー 1553 kcal
	たんぱく 64.8 g	たんぱく 68.5 g	たんぱく 67.6 g	たんぱく 63.2 g	たんぱく 67.7 g	たんぱく 64.9 g	たんぱく 53.9 g
	脂質 49.4 g	脂質 35.2 g	脂質 36.3 g	脂質 38.3 g	脂質 42.2 g	脂質 34.0 g	脂質 52.0 g

