

献立表

利用者食

介護老人福祉施設 逗子清寿苑

令和8年8月	朝 食	昼 食	おやつ	夕 食
1日 (土)	全粥 切り昆布ちくわ煮 なめ茸 ヨーグルト(ソファール)プレーン	赤飯 赤だし汁(小松菜・わかめ) さわらの南蛮漬け 切干大根のはりはり漬け	お誕生会ケーキ ココア	わかめごはん 柳川風卵とじ キャベツとツナのピリ辛和え
2日 (日)	全粥 里芋と豚肉煮 のり佃煮 ヨーグルト(ソファール)プレーン	冷やしきつねうどん さつまいもの甘煮	梅ゼリー カフェオレ	ごはん 太刀魚の山椒焼き 厚揚げの野菜あんかけ なめ茸
3日 (月)	カニ雑炊 切干大根の含め煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ビビンバ 春雨とニラのスープ 里芋と海老の中華煮	ライチゼリー ミロ	谷中ごはん 白菜と豚肉の炒め煮 カリフラワーのきんぴら
4日 (火)	全粥 ひじきと高野豆腐煮 たいみそ ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん オニオンスープ 白身魚(しら)のフリッター ゆで野菜サラダ	デザートムース(りんご) 抹茶ラテ	ガーリックライス 南瓜のクリームシチュー アスパラサラダ
5日 (水)	ホタテ雑炊 山菜煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) タンドリーチキン さつまいもサラダ	抹茶ゼリー カフェオレ	ごはん 豆腐の田楽 きんぴらごぼう 三色豆
6日 (木)	全粥 大根がんも煮 ゆずみそ ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん わかめスープ 麻婆豆腐 春雨と人参のサラダ	杏仁豆腐 アップルティー	パセリライス カレイのムニエル和風おろしソース ポテトサラダ
7日 (金)	しらす雑炊 五目豆 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ハヤシライス コンソメスープ(ほうれん草・人参) フレンチサラダ	杏ゼリー ミルクティ	ブロッコリーと海老のリゾット スペイン風オムレツ いんげんとかにかまのサラダ
8日 (土)	全粥 切昆布とツナ煮 梅干し ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん かきたま汁 揚げだし豆腐野菜あんかけ オクラとわかめの和え物	イチゴゼリー(カルシウムプラス) ココア	人参の炊き込みごはん 大根と豚肉のこっくり煮 きのこのおろし和え
9日 (日)	全粥 厚揚げ入りきんぴら たくあん ヨーグルト(ソファール)プレーン	冷やし中華 春雨の中華スープ カニ風味シュウマイ	デザートムース(バイン) カフェオレ	ごはん 卵と豆腐のカニ玉風 南瓜の炊き合わせ ひじき煮
10日 (月)	鮭雑炊 かんぴょう煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん すまし汁(とろろ昆布・長葱) 揚げ豆腐 蒸しなす生姜醤油	抹茶プリン ミロ	ごはん 鶏肉と大根の煮物 さつまいものきんぴら 黄桃缶
11日 (火)	全粥 高野豆腐の五目煮 しば漬け ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん みそ汁(じゃがいも・わかめ) 豚肉の葱塩焼き ほうれん草としめじの和え物	かぼちゃパバロア 抹茶ラテ	ごはん さばの味噌煮 きゅうりとツナのさっぱり和え りんごのコンポート
12日 (水)	鶏雑炊 ひじき田舎煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん かぼちゃのポタージュスープ さわらのマヨネーズ焼き カリフラワーのピクルス	デザートムース(バナナ) カフェオレ	ごはん 豚肉の山椒焼き いんげんの生姜和え マンゴー缶
13日 (木)	全粥 がんもとふきの煮物 梅びしお ヨーグルト(ソファール)プレーン	夏チャーハン コンソメスープ(ニラ・たまご) 棒棒鶏風サラダ	コーヒーゼリー(カルシウムプラス) アップルティー	ごはん 豆腐ステーキきのこのあんかけ オクラの梅がつお和え 白桃缶
14日 (金)	きのご雑炊 五目きんぴら ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん みそ汁(えのき・万能葱) さけの南蛮漬け さといものずんだ和え	水ようかん ミルクティ	ごはん 筑前煮 厚揚げともやしの甘酢炒め 洋梨のコンポート
15日 (土)	全粥 いんげんと鶏炒め煮 なめ茸 ヨーグルト(ソファール)プレーン	三色丼 赤だし汁(麩・わかめ) ほうれん草と春雨のごま酢和え	デザートムース(ピーチ) ココア	かやくごはん 赤魚の煮付け じゃが芋のきんぴら

16日 (日)	全粥 かぶと厚揚げの煮物 のり佃煮 ヨーグルト(ソファール)プレーン	スパゲッティナポリタン コンソメスープ(キャベツ・人参) 南瓜のサラダ	バナナプリン カフェオレ	しらすごはん トマトと卵の炒めもの カリフラワーのカニ風味あんかけ
17日 (月)	カニ雑炊 切干大根の含め煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん みそ汁(わかめ・万能ねぎ) 豆腐と海老のあっさり煮 れんこんの甘辛炒め	水ようかん(白あん) ミロ	ごはん 豚肉となすのピリ辛炒め わかめと油揚げのさっと煮 みかん缶
18日 (火)	全粥 高野豆腐のきのこ煮 たいみそ ヨーグルト(ソファール)プレーン	バターチキンカレー コンソメスープ(ほうれん草・コーン) 海藻サラダ	シルキーコッタ 抹茶ラテ	ごはん さけの生姜焼き 切干大根の煮物 フルーツカクテル
19日 (水)	ホタテ雑炊 ぜんまい煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん すまし汁(えのき・大葉) カレイの甘酢あんかけ きゅうりのしらす和え	練乳あずきプリン カフェオレ	菜めし 鶏肉の山椒焼き じゃが芋の味噌バター煮
20日 (木)	全粥 白菜とがんも煮 ゆずみそ ヨーグルト(ソファール)プレーン	梅しそごはん みそ汁(なめこ・大根) 鶏肉のマーマレード煮	バインゼリー(カルシウムプラス) アップルティー	ごはん 卵豆腐カニ風味あんかけ ごぼうサラダ ピーチヨーグルト
21日 (金)	しらす雑炊 里芋のそぼろ煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん すまし汁(かいわれ・玉麴) 豆腐バーグ フロッコリーのおかかマヨネーズ和え	黒ごまプリン ミルクティ	ごはん 豚肉の甘辛炒め きのこしぐれ煮 きゅうりの梅和え
22日 (土)	全粥 じゃが芋のカラフル煮 梅干し ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん コンソメスープ(わかめ・春雨) チンジャオロース 人参とえのきの中華風サラダ	デザートムース(いちご) ココア	ゆかりごはん さわらの漬け焼き 春菊の磯和え
23日 (日)	全粥 いんげんとしらたき炒め煮 たくあん ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん 冷やしおろしそば かぼちゃのそぼろあん	水ようかん(芋) カフェオレ	ガーリックライス ほうれん草とチーズの卵焼き シーザーサラダ
24日 (月)	鮭雑炊 五目きんぴら ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん みそ汁(長葱・玉麴) 豆腐チャンプルー フロッコリーのツナ和え	メロンゼリー ミロ	ごはん 鶏肉の治部煮 しゃきしゃきポテトサラダ ブルーネ煮
25日 (火)	全粥 ふきと厚揚げ煮 しば漬け ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん わかめ入りかきたま汁 さけのムニエル 野菜あんかけ きゅうりと沢庵の和え物	デザートムース(オレンジ) 抹茶ラテ	ごはん ぶたと海老の五目旨煮 南瓜と枝豆のサラダ パイナップル缶
26日 (水)	鶏雑炊 かんぴょう煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん すまし汁(春菊・竹輪) なすと豚肉のごま味噌炒め煮 キャベツのカニカマ和え	あずきミルクババロア カフェオレ	ごはん さばの塩焼き 切干大根の煮物 黄桃缶
27日 (木)	全粥 がんもとひじき煮 梅びしお ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん みそ汁(玉ねぎ・えのき) あじの薬味ソースかけ 大根とわかめのごま酢和え	イチゴゼリー(カルシウムプラス) アップルティー	ごはん 豆腐の卵とじ ほうれん草のお浸し りんごのコンポート
28日 (金)	きのこ雑炊 高野豆腐の五目煮 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	鶏の照り焼き丼 赤だし汁(玉麴・三つ葉) オクラのごま和え	水ようかん(栗) ミルクティ	ごはん 豚肉のくわ焼き 竹輪とじゃが芋の煮物 マンゴー缶
29日 (土)	全粥 切干大根と里芋煮 なめ茸 ヨーグルト(ソファール)プレーン	ごはん コーンスープ ほうれん草とチーズのオムレツ 花野菜サラダ	デザートムース(ぶどう) ココア	ホタテ風味炊き込みごはん 鶏肉のさっぱりお酢煮 もやしの辛子醤油和え
30日 (日)	全粥 じゃが芋のそぼろ煮 のり佃煮 ヨーグルト(ソファール)プレーン	五目あんかけ焼きそば 春雨の中華スープ さつま芋のサラダ	抹茶ババロア カフェオレ	ごはん ホッケの塩焼き 海老とカリフラワーの炒め物 金時豆煮豆
31日 (月)	カニ雑炊 磯豆 ヨーグルト(ソファール)ストロベリー	ごはん みそ汁(ほうれん草・玉麴) 揚げカレイの和風野菜あんかけ じゃが芋の煮物	キャラメルプリン ミロ	ごはん 鶏肉の中華風旨煮 竹輪とピーマンの甘辛炒め 白桃缶