
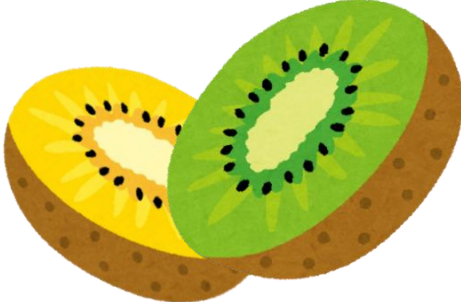


2023年9月度献立

特別養護老人ホーム 第二好意の庭




※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日		月	火	水	木	金	土	日
日にち						1	2	3
 朝食	<h2 style="text-align: center;">旬の果物 キウイ</h2> <p>一年中スーパーで見かけるキウイ。実は秋が旬の果物です。キウイにはビタミンCが多く含まれています。ビタミンCは、免疫力強化などに効果的です。風邪予防に是非お召し上がりください。</p> 					ご飯 のり佃煮 青梗菜のソテー みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 ふりかけ キャバツの炒め物 みそ汁 洋梨缶	菓子パン マンゴー缶 牛乳
						ご飯 豚肉のオイスター炒め または メルルーサの焼き浸し 白菜の炒め煮 すまし汁	ご飯 鶏肉のしそ風味焼き または ぶりの照り焼き 卵の花 みそ汁	ご飯 豚肉の五目炒め 小松菜の煮浸し すまし汁
						カステラ饅頭 牛乳	酒饅頭 牛乳	抹茶プリン
						ご飯 サバの煮付 揚げ茄子のポン酢和え みそ汁	ご飯 ミートローフ 青菜のクリーム煮 コンソメスープ	ご飯 白身魚の甘酢あんかけ 白菜のマヨポン和え 中華スープ
一日当たりの 栄養価						1462	1591	1431
						57.1	60.3	50.8
						35.8	38.9	42.5
						7.8	7.3	5.5

2023年9月度献立

特別養護老人ホーム 第二好意の庭













※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	日			
日にち	4	5	6	7	8	9	10			
 朝食	ご飯 たいみそ 大豆煮 みそ汁 バナナ	ご飯 のり佃煮 白菜のコンソメ煮 みそ汁 ヨーグルトムース	ご飯 梅びしお ブロッコリーサラダ みそ汁 白桃缶	菜飯 ほうれん草の信田和え みそ汁 黄桃缶	ご飯 のり佃煮 じゃが芋の煮物 みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 ふりかけ 野菜のトマト煮 みそ汁 洋梨缶	焼きたてパン 大根の胡麻和え マンゴー缶 牛乳			
	昼食	ご飯 🍷ハンバーグきのこソース または 🐡たららのムニエル マカロニサラダ コンソメスープ	郷土食 栃木県 わかめご飯 じゃが芋入り焼きそば ほうれん草の和え物 すまし汁 フルーツ	ご飯 🍗鶏肉のママレード煮 または 🐟白身魚の胡麻醤油焼き 根菜の炒り煮 みそ汁	ご飯 🍖ポークチャップ または 🌿メルルーサの香草焼き 冬瓜の中華そぼろ煮 中華スープ	ご飯 🍖豚肉の中華炒め または 🐟さばのカレー焼き 菜の花とあさりの炒め煮 中華スープ	田舎風ばら寿司 茶碗蒸し 赤だし フルーツ 	ご飯 白身魚の青シソ風味焼き さつま芋の煮物 すまし汁		
		間食	ロールケーキ 牛乳	焼きドーナツ 牛乳	誕生日会 牛乳	バラエティ 牛乳	炭酸饅頭 牛乳	りんごゼリー 牛乳	マドレーヌ	
			夕食 	ゆかりご飯 中華風卵焼き レバーの炒め煮 中華スープ	ご飯 鶏のねぎ焼き 南瓜の煮付 みそ汁	ご飯 さばの味噌煮 しろなの胡麻和え すまし汁	ご飯 すき焼き風煮 わかめサラダ すまし汁	ご飯 牛肉の柳川風 白菜の煮浸し みそ汁	ご飯 鶏のケチャップ焼き ブロッコリーのツナサラダ コンソメスープ	ご飯 豚肉のスタミナ炒め 白菜の和え物 みそ汁
		一日当たりの 栄養価		エネルギー(Kcal)	1506	1539	1529	1417	1486	1411
			タンパク質(g)	57.6	56.8	59.5	61.8	58.1	48.3	49.9
			脂質(g)	36.8	29.8	33.3	26.8	30	33.2	36.5
			塩分(g)	7.5	8.2	7.5	8.4	6.6	7.6	6.8

2023年9月度献立







特別養護老人ホーム 第二好意の庭

※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
日にち	11	12	13	14	15	16	17	
 朝食	ご飯 たいみそ 小松菜の煮浸し みそ汁 バナナ	梅シソご飯 <small>ブロッコリーのおかか和え</small> みそ汁 みかん缶	ご飯 梅びしお 野菜の大豆煮 みそ汁 白桃缶	ご飯 ふりかけ <small>青菜のケチャップソテー</small> みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 白菜のピーナツ和え みそ汁 黄桃缶	ご飯 ふりかけ 野菜ソテー みそ汁 洋梨缶	菓子パン みかん缶 牛乳	
	昼食	ご飯  鶏のトマト煮 または  たらちのチーズ焼き キャベツのカニカマサラダ コンソメスープ	ご飯  八宝菜 または  海老チリ 春雨サラダ 中華スープ	ご飯  鶏肉のもろみ焼き または  銀だらの煮付け ポパイソテー すまし汁	炊き込みご飯  鶏肉の和オムライス または  サバのみりん焼き キャベツの胡麻和え みそ汁	さっぱりメニュー 菜飯 冷やしぶっかけそば ひじきの炒り煮 フルーツ	ご飯  煮込みハンバーグ または  白身魚のフライ <small>(外添え)</small> しろなのツナマヨ和え コンソメスープ	ご飯 さわらの塩焼き 高野の煮物 すまし汁
間食		いちごケーキ 牛乳	桃饅頭 牛乳	カップケーキ 牛乳	手作り水羊羹 グリーンティー	パンケーキ 牛乳	たこ焼き 牛乳	ビタミンゼリー
	夕食 	ご飯 赤魚の鳴門煮 大根の味噌かけ すまし汁	ご飯 鶏肉の照り焼き キャベツのカレー炒め コンソメスープ	わかめご飯 スパニッシュオムレツ ビーフン炒め みそ汁	ご飯 メルルーサのマヨ焼き 豆腐のそぼろあんかけ すまし汁	ご飯 さわらの山椒焼き 青梗菜のそぼろ炒め すまし汁	ご飯 牛肉のしぐれ煮 冷奴 みそ汁	ご飯 豚の生姜焼き 青梗菜の中華和え みそ汁
一日当たりの 栄養価		エネルギー(Kcal)	1407	1384	1519	1434	1516	1526
	タンパク質(g)	60.9	54.3	51.8	57.2	53.1	55.8	58
	脂質(g)	27.3	28.1	39.1	33.2	24.4	36.6	38.4
	塩分(g)	6.6	7.8	8	7.4	8.4	7.5	6.3





2023年9月度献立

※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日		月	火	水	木	金	土	日
日にち		18	19	20	21	22	23	24
朝食 	ご飯 たいみそ スパゲティサラダ みそ汁 バナナ	菜飯 小松菜の中華煮 みそ汁 みかん缶	ご飯 梅びしお 冬瓜の含め煮 みそ汁 白桃缶	ご飯 ふりかけ 菜の花の中華煮 みそ汁 ヨーグルトムース	ご飯 のり佃煮 青梗菜の中華和え みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 ふりかけ キャバツの炒め物 みそ汁 バナナ	焼きたてパン 大根の胡麻和え りんご缶 牛乳	
	昼食	敬老の日 特別献立 栗入り赤飯 造り、天ぷら 煮合わせ、青菜の和え物 すまし汁、ようかん 香の物 	ご飯  牛皿 または  赤魚の松前煮 冷奴 みそ汁	ご飯  回鍋肉 または  麻婆豆腐 ほうれん草の中華サラダ 中華スープ	木曜だけどフライデー ご飯 コロツケ盛り合わせ ブロッコリーサラダ コンソメスープ 	ご飯  鶏肉の梅肉焼き または  サバの味噌煮 冷奴 すまし汁	ご飯 鶏のさっぱり煮 または  ホキのピリ辛焼き しろなの和え物 みそ汁	外食メニュー 吉野家特製牛丼 青菜の白和え みそ汁 
間食	祝い饅頭 牛乳	蒸しパン 牛乳	カスタードケーキ 牛乳	チョコレート饅頭 牛乳	味噌饅頭 牛乳	たい焼き 牛乳	抹茶ロールケーキ	
夕食 	ご飯 たらの胡麻焼き ほうれん草の和え物 みそ汁	ご飯 肉団子と野菜の洋風煮 キャバツのツナ炒め すまし汁	ゆかりごはん 和風玉子焼き 金平大根 みそ汁	ご飯 白身魚のオーロラ焼き 白菜の和え物 みそ汁	ご飯 牛肉のスタミナ焼き ほうれん草の胡麻和え すまし汁	ご飯 さわらの蒲焼き 大根の煮物 みそ汁	紅鮭ごはん 青梗菜の煮浸し すまし汁 フルーツ	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1663	1396	1502	1541	1412	1413	1532
	タンパク質(g)	67.3	53.8	50.6	52.4	61.4	58.3	56.1
	脂質(g)	31.9	35.6	36	37.9	37.3	25.4	57.8
	塩分(g)	9.9	7.7	8.2	7.5	7.2	7.3	6.2

2023年9月度献立

※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	
日にち	25	26	27	28	29	30	
 朝食	ご飯 たいみそ 白菜の炒め物 みそ汁 洋梨缶	梅シソご飯 冬瓜の煮物 みそ汁 みかん缶	ご飯 梅びしお 野菜ソテー みそ汁 白桃缶	ご飯 ふりかけ 青梗菜のとろみ煮 みそ汁 黄桃缶	ご飯 のり佃煮 プレーンオムレツ みそ汁 洋梨缶	ご飯 梅びしお ほうれん草のドレッシング和え みそ汁 黄桃缶	
昼食	ご飯 🐔 鶏の治部煮 または 🐟 白身魚のきのこあんかけ ほうれん草のカニカマ和え みそ汁	ご飯 🍷 ロールキャベツのトマト煮 または 🍷 メルルーサのバター醤油焼き 青梗菜の和風サラダ コーンスープ	秋の人気メニュー きのこひき肉のカレー キャベツサラダ 福神漬け マスカット 	ご飯 🐔 鶏肉のハニーレモン焼き または 🐟 ぶりの煮付け 茄子の田楽 すまし汁	十五夜メニュー きのご飯 筑前煮 ほうれん草の磯和え すまし汁	ご飯 🐔 鶏肉の和オムライス または 🐟 たららのタラマヨ焼き さつまいもの昆布煮 みそ汁	
間食	チョコケーキ 牛乳 	マスカットゼリー 牛乳	手作りおやつ 牛乳	クレープ 牛乳	お月見まんじゅう 牛乳	どら焼き 牛乳	
夕食 	ご飯 お好み焼き 冷奴 すまし汁	ご飯 さばの焼き浸し 切干大根の炒り煮 みそ汁	ご飯 親子煮 しろなのお浸し みそ汁	ご飯 たららの照り焼き 大根サラダ みそ汁	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 玉子豆腐 みそ汁	ご飯 えびと卵の野菜炒め キャベツのカニカマサラダ わかめスープ	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal) タンパク質(g) 脂質(g) 塩分(g)	1514 56.5 31.7 6.5	1466 50.4 31.2 9.1	1440 48.9 40 7.8	1431 56.6 32.3 6.8	1494 56.6 32.5 7.8	1444 51.4 32.2 7.7