

2025年7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		火	水	木	金	土	日	
日にち		1	2	3	4	5	6	
朝食		ご飯 ふりかけ キャベツのハム炒め みそ汁 黄桃缶	ご飯 のり佃煮 小松菜の煮びたし みそ汁 白桃缶	菜飯 冬瓜の含め煮 みそ汁 ヨーグルトムース	ご飯 たいみそ 白菜のツナ和え みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 大根サラダ みそ汁 洋梨缶	菓子パン みかん缶 牛乳 	
昼食 		ご飯 ★鶏の焼き南蛮漬け または ★白身魚のサラダ焼き 大根とがんもの炊き合わせ かきたま汁	今月の新メニュー 山形風冷やしラーメン 揚げ茄子 フルーツ	ご飯 ★鶏のオニオンソース または ★赤魚のみぞれかけ ごぼうサラダ みそ汁	ご飯 ★エビと豚肉の野菜炒め または ★たらの野菜あんかけ 切り干し大根の炒め煮 すまし汁	ご飯 ★ゴーヤチャンプルー または ★さわらのマスタード焼き 人参しりしり みそ汁	ご飯 鶏肉の五目炒め ブロッコリーの練り胡麻和え みそ汁	
間食		たこ焼き(半夏生) 牛乳	誕生日会  牛乳	クレープ 牛乳	手作りあんみつ 牛乳	チョコケーキ 牛乳	パンケーキ	
夕食 		ご飯 豚肉の塩麹レモン炒め 豆腐サラダ みそ汁	ご飯 たら青の青じそ風味焼き 里芋の鳴門煮 すまし汁	ご飯 さばのレモンマリネ ブロッコリー胡麻和え すまし汁	ご飯 牛しゃぶ さつま芋の昆布煮 みそ汁	ご飯 ハンバーグの和風あんかけ 青梗菜の湯葉和え すまし汁	わかめご飯 夏野菜のキッシュ レバーの野菜炒め コンソメスープ	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)		1450	1341	1352	1383	1384	1361
	タンパク質(g)		57.1	53.2	54.5	50.7	49.2	55.1
	脂質(g)		43.6	35.4	42	30.8	40.4	40.1
	塩分(g)		6.5	6.4	6.4	6.2	5.6	5.9

2025年7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		7	8	9	10	11	12	13
朝食		ご飯 梅びしお オムレツ みそ汁 バナナ	ゆかりご飯 青梗菜のおかか和え みそ汁 みかん缶	ご飯 のり佃煮 ポテトサラダ みそ汁 白桃缶	ご飯 梅びしお 小松菜の煮びたし みそ汁 バナナ	ご飯 たいみそ じゃが芋のコンソメ煮 みそ汁 黄桃缶	ご飯 のり佃煮 白菜のカニマヨ和え みそ汁 洋梨缶	焼きたてパン ブロッコリーの胡麻和え マンゴー缶 牛乳
昼食		七夕献立	ご飯	枝豆ご飯	ワールドトリップ	ご飯	ご飯	創立記念日メニュー
		七夕そうめん 揚げ出し豆腐 フルーツ 	★豚キムチ または ★たらのみりん焼き もずく酢 すまし汁	★バジルチキン または ★白身魚のチーズ焼き あさりと青菜の辛し和え パンプキンスープ	10か国目 タイ ガパオライス風 ヤムウンセン 冬瓜スープ フルーツ 	★豚肉のねぎ塩しモンだれ または ★あじの照り煮 里芋の煮物 すまし汁	★ミートローフ または ★たらのムニエル 夏野菜のトマト煮 コンソメスープ	ご飯 ★牛肉の柳川風 キャベツの梅和え みそ汁
間食		七夕ケーキ 牛乳	水紋の練り切り 牛乳	バラエティ 牛乳	手作りココナツプリン 牛乳	焼きドーナツ 牛乳	バームクーヘン 牛乳	こしあん饅頭 牛乳
夕食 		ご飯 赤魚の鳴門煮 ほうれん草の酢味噌和え すまし汁	ご飯 さばの焼き浸し キャベツの和風和え みそ汁	夕済み会メニュー 散らし寿司 焼きそば、フランクフルト 焼鳥、ポテト、すまし汁	ご飯 鯖のネギポン焼き しろなのハム和え みそ汁	ご飯 肉団子の甘酢煮 ブロッコリーのピーナツ和え 中華スープ	ご飯 豚肉の山椒煮 青梗菜のドレ和え みそ汁	菜飯 ソーセージと枝豆のオムレツ ほうれん草のシーザーサラダ コンソメスープ
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1279	1433	1545	1401	1353	1467	1602
	タンパク質(g)	46.1	53.9	58.5	64.2	50.3	526	61.1
	脂質(g)	33.4	33	47.1	33.1	29.7	42.6	47
	塩分(g)	6.9	6.3	7.2	6.3	5.8	5.8	6

2025年7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		14	15	16	17	18	19	20	
 朝食		ご飯 ふりかけ 冬瓜の煮物 みそ汁 バナナ	ご飯 のり佃煮 しろなの中華サラダ みそ汁 黄桃缶	ご飯 梅びしお 白菜のドレ和え みそ汁 白桃缶	わかめごはん ブロッコリーのおかか和え みそ汁 バナナ	ご飯 ふりかけ 出汁巻き卵 みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 しろなの和え物 みそ汁 洋梨缶	菓子パン りんご缶 牛乳 	
		創立記念日メニュー	郷土食埼玉県	ご飯	台湾?メニューの日	ご飯	土用の丑の日	ご飯	
		赤飯 ぶりの照り焼き 青菜の胡麻和え みそ汁	トマトカレー わかめサラダ 福神漬 ブルーベリーヨーグルト	★照り焼きハンバーグ または ★ほきの梅おろしのせ 冬瓜のツナ煮 コンソメスープ	台湾混ぜそば トマト入り卵とじ 冬瓜とトウモロコシのスープ フルーツ	★鶏の治部煮 または ★しいらの焼き浸し モロヘイヤとオクラのお浸し みそ汁	ウナギ散らし 冬瓜のカニあんかけ みそ汁 フルーツ	豚肉の生姜焼き 白菜の浅漬け みそ汁	
									
		間食	紅白饅頭 牛乳	芋ようかん 牛乳	モカロール 牛乳	マドレーヌ 牛乳	手作りババロア 牛乳	たい焼き 牛乳	柔らかおかき
夕食 		ご飯 麻婆豆腐 大根の和え物 中華スープ	ご飯 たらのマスタード焼き オクラのホタテ和え すまし汁	ご飯 鶏肉のガリバタ炒め 焼きナス みそ汁	ご飯 白身魚のオーロラ焼き ビーフン炒め コンソメスープ	ご飯 豚のオイスターソース炒め 南瓜の煮物 春雨スープ	ゆかりご飯 千草焼き 白菜サラダ すまし汁	ご飯 しいらのナッツみそ焼き 冷奴 すまし汁	
		エネルギー(Kcal)	1309	1422	1311	1406	1388	1315	1295
		タンパク質(g)	55.1	54.8	53.3	58.9	57.2	54.5	55.2
		脂質(g)	29.2	33	32.3	37.3	35.9	25.8	33.6
		塩分(g)	5.7	5.3	6.1	6.8	5.9	6.9	5

2025年7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		21	22	23	24	25	26	27		
 朝食		ご飯	ご飯	菜飯	ご飯	ご飯	ご飯	焼きたてパン		
		梅びしお	のり佃煮	キャベツの和え物	ふりかけ	たいみそ	のり佃煮	オクラの湯葉和え		
		パンプキンサラダ	大根の煮物	みそ汁	春雨サラダ	白菜の信田煮	大根サラダ	リンゴ缶		
		みそ汁	みそ汁	白桃缶	みそ汁	みそ汁	みそ汁	牛乳		
		バナナ	みかん缶		バナナ	フルーツカクテル	洋梨缶			
昼食		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	冷やしぶっかけうどん	ご飯	外食メニュー		
		★鶏肉の野菜あんかけ	★豚肉の甘辛炒め	★牛皿	★肉団子の中華煮	鶏肉と大根の煮物	★豚肉の生姜焼き	吉野家特製牛丼		
		または	または	または	または	フルーツ	または	青菜の白和え		
		★エビチリ	★さわらのレモンバター焼き	★焼きさばのサルサソースかけ	★ほきのかば焼き		★しいらの有馬焼き	みそ汁		
		玉子豆腐	キャベツの塩昆布和え	茄子の生姜ポン酢和え	ツナポテト		ほうれん草のシラス和え			
間食		中華スープ	すまし汁	すまし汁	酸辣湯		みそ汁			
		柚子水饅頭	黒糖蒸しパン	3Fバラエティ4Fかき氷	メロンゼリー	キャラメルケーキ	ところてん	キャラメルケーキ		
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
		夕食 		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
				牛肉のスタミナ炒め	親子煮	チキンソテーオニオンソース	赤魚の煮付け	白身魚のカレームニエル	鶏の甘辛炒め	かに玉
ほうれん草のナムル	青梗菜のドレッシング和え			野菜炒め	ほうれん草の辛し和え	揚げ茄子	厚揚げと根菜の煮物	なます		
みそ汁	みそ汁			みそ汁	みそ汁	みそ汁	すまし汁	中華スープ/杏仁ムース		
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)			1465	1301	1453	1299	1339	1249	1325
	タンパク質(g)	45.6	53.6	57	54.2	47.3	54.7	41.4		
	脂質(g)	40.7	33.9	44.8	25.8	39.9	25.7	41.7		
	塩分(g)	5.9	5.5	6.1	6.4	4.6	5.6	6.3		

2025年7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
日にち		28	29	30	31
	朝食	ご飯 梅びしお 小松菜のハムソテー みそ汁 バナナ	ゆかりご飯 白菜のツナ和え みそ汁 洋梨缶	ご飯 のり佃煮 しろなの煮びたし みそ汁 白桃缶	ご飯 梅びしお 白菜のベーコン炒め みそ汁 黄桃缶
		助六寿司 冷奴 みそ汁 フルーツ 	ご飯 ★鶏肉のママレード煮 または ★たらのコーン焼き 白菜とアサリの煮びたし すまし汁	ご飯 ★ハンバーグ デミソース または ★白身魚のピカタ 大根サラダ コンソメスープ	ご飯 ★回鍋肉 または ★しいらの南部焼き 青梗菜の辛し和え 中華スープ
間食		バニラロール 牛乳	牛乳ケーキ 牛乳	3Fかき氷4Fバラエティ 牛乳	パンケーキ 牛乳
夕食 		ご飯 豚しゃぶのゴマダレかけ サツマイモサラダ すまし汁	ご飯 さわらのつけ焼き がんもの煮物 みそ汁	ご飯 焼きバンバンジー 白菜の昆布和え すまし汁	菜飯 ふくさ焼き 大豆ひじき煮 みそ汁
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1530	1372	1339	1392
	タンパク質(g)	59.3	57.3	57.4	62.5
	脂質(g)	46.8	37.4	36.9	34.7
	塩分(g)	6.4	7	5.4	6.6

バジル

料理に爽やかな香りと、彩を添えてくれるバジル。
 自宅のプランターでも手軽に栽培できることもあり、近年人気となっています。
 バジルはビタミン・ミネラルが豊富な上、香り成分にはリラックス効果や、消化機能促進などの効果が期待できます。
 バジルのビタミンは脂溶性のため、油と摂取することで、体内への吸収率が高まります。
 バジルの香りは熱に弱いので、生食又は仕上げに使用することがおすすめです。
 施設では11日のガパオライスに生バジルを使用します！



