

献立表

法人名	社会福祉法人 徳信会
施設名	京都学園

利用者食(入所者)
平成 29 年 7 月

日付	朝食	昼食	夕食	間食
1(土)	ご飯 玉葱の味噌汁 金平蓮根 梅干し 味のり エネルギー 348.8 Kcal たんぱく質 11.35 g	ご飯 肉団子の甘酢炒め 山クラゲの煮物 中華サラダ 卵と水菜のスープ エネルギー 691.6 Kcal たんぱく質 24.32 g	ハッシュドビーフ 大根サラダ ほうれん草ソテー バナナ 福神漬 エネルギー 701.3 Kcal たんぱく質 19.85 g	お菓子・ジュース エネルギー 334.4 Kcal たんぱく質 14.00 g
2(日)	ご飯 じゃが芋の味噌汁 めかぶ 焼き魚 漬物 エネルギー 348.3 Kcal たんぱく質 13.14 g	パン・シナモントースト ス克蘭ブルエッグ サラダ オレンジ コーヒー エネルギー 534.5 Kcal たんぱく質 19.02 g	ご飯 ポークソテー 炊き合わせ 胡瓜の酢の物 豆腐の味噌汁 エネルギー 681.0 Kcal たんぱく質 33.45 g	牛乳・お菓子 エネルギー 356.8 Kcal たんぱく質 14.96 g
3(月)	ご飯 大根の味噌汁 細切り昆布の煮物 明太子 漬物 エネルギー 363.1 Kcal たんぱく質 12.15 g	ご飯 鶏肉の塩焼き(和風ソース) ポテトサラダ 五目金平 なめこ汁 エネルギー 755.9 Kcal たんぱく質 29.96 g	ご飯 牛肉の炒め物 中華冷奴 ぜんまいの煮物 キャベツのスープ エネルギー 678.2 Kcal たんぱく質 28.71 g	飲み物・お菓子 エネルギー 196.5 Kcal たんぱく質 3.23 g
4(火)	ご飯 南瓜の味噌汁 一口がんと煮 ふりかけ しそ昆布 エネルギー 406.2 Kcal たんぱく質 13.77 g	ご飯 手作り春巻き 茄子の炒め煮 ほうれん草の胡麻和え 豆腐の味噌汁 エネルギー 848.3 Kcal たんぱく質 24.59 g	ご飯 エビチリソース 卵豆腐 ひじきの煮物 トマトのスープ エネルギー 584.5 Kcal たんぱく質 32.33 g	牛乳・お菓子 エネルギー 346.3 Kcal たんぱく質 14.64 g
5(水)	ご飯 玉葱の味噌汁 和え物 味のり 鮭フレーク エネルギー 368.4 Kcal たんぱく質 12.10 g	高菜炒飯 サラダ シューマイ フルーツ コーンスープ エネルギー 733.4 Kcal たんぱく質 21.75 g	ご飯 魚の味噌漬け焼き 蓮根のソテー 小松菜のおひたし けんちん汁 エネルギー 684.2 Kcal たんぱく質 29.53 g	アシドミルク・お菓子 エネルギー 220.2 Kcal たんぱく質 7.44 g
6(木)	ご飯 しめじの味噌汁 竹輪の煮物 梅びしお 漬物 エネルギー 330.9 Kcal たんぱく質 10.15 g	ご飯 焼きそば 卵サラダ デラウェアー 豆腐の味噌汁 エネルギー 857.7 Kcal たんぱく質 29.06 g	ご飯 豚キムチ炒め 枝豆 春雨の酢の物 トマトのスープ エネルギー 558.5 Kcal たんぱく質 21.72 g	コーヒー牛乳・お菓子 エネルギー 144.4 Kcal たんぱく質 2.44 g
7(金)	ご飯 なすの味噌汁 焼ハンペン 佃煮 漬物 エネルギー 430.9 Kcal たんぱく質 11.70 g	七夕行事食 エネルギー 1193.0 Kcal たんぱく質 45.45 g	ご飯 魚のおろし煮 南瓜のえびそぼろあん 卵豆腐 麩の味噌汁 エネルギー 589.3 Kcal たんぱく質 36.86 g	牛乳・お菓子 エネルギー 134.0 Kcal たんぱく質 6.60 g
8(土)	ご飯 えのきの味噌汁 明太子 煮物 漬物 エネルギー 358.2 Kcal たんぱく質 13.93 g	ご飯 鶏肉のマスタード焼き ジャーマンポテト ピーマンと昆布の和え物 かき玉汁 エネルギー 709.6 Kcal たんぱく質 29.60 g	ご飯 麻婆豆腐 シューマイ 胡瓜の酢の物 中華スープ エネルギー 720.6 Kcal たんぱく質 26.60 g	アイス エネルギー 360.0 Kcal たんぱく質 7.80 g
9(日)	ご飯 大根の味噌汁 ししゃも もずく 梅干し エネルギー 411.1 Kcal たんぱく質 16.79 g	サンドイッチ チキンナゲット ごぼうサラダ ゼリー コーヒー牛乳 エネルギー 905.0 Kcal たんぱく質 29.12 g	ご飯 魚の韓国風漬焼き ナムル 切干大根の煮物 スープ エネルギー 680.7 Kcal たんぱく質 31.06 g	牛乳・お菓子 エネルギー 268.0 Kcal たんぱく質 13.20 g
10(月)	ご飯 南瓜の味噌汁 いわしの甘露煮 和え物 味のり エネルギー 406.1 Kcal たんぱく質 16.70 g	ご飯 魚のカレームニエル キャベツの酢味噌かけ 信田煮 赤だし エネルギー 679.5 Kcal たんぱく質 40.40 g	ご飯 焼肉風 アスパラとイカのソテー 大根ツナサラダ ワカメスープ エネルギー 658.4 Kcal たんぱく質 32.60 g	飲み物・お菓子 エネルギー 76.0 Kcal たんぱく質 1.40 g
11(火)	ご飯 麩の味噌汁 角煮 大根おろし 漬物 エネルギー 361.2 Kcal たんぱく質 15.16 g	ご飯 魚の竜田揚げ 筑前煮 南瓜サラダ じゃがいもの味噌汁 エネルギー 811.7 Kcal たんぱく質 33.95 g	ご飯 鶏肉のペッパー焼き 茄子の炒め物 ほうれん草のお浸し クラムチャウダー エネルギー 767.0 Kcal たんぱく質 35.84 g	牛乳・お菓子 エネルギー 134.0 Kcal たんぱく質 6.60 g
12(水)	ご飯 豆腐の味噌汁 明太子 ミニオムレツ 漬物 エネルギー 457.1 Kcal たんぱく質 19.56 g	夏野菜カレー エビフライ サラダ 漬物 巨峰 エネルギー 744.2 Kcal たんぱく質 21.57 g	ご飯 椎茸の笠焼 山クラゲの煮物 ヒジキの白和え きゃべつ味噌汁 エネルギー 491.1 Kcal たんぱく質 23.43 g	アシドミルク・お菓子 エネルギー 135.0 Kcal たんぱく質 5.58 g
13(木)	ご飯 しめじの味噌汁 ソーセイジソテー ふりかけ しそ昆布 エネルギー 386.5 Kcal たんぱく質 12.64 g	おにぎり 冷し中華 竹輪の磯辺揚げ スイカ べったら漬け エネルギー 694.0 Kcal たんぱく質 24.19 g	ご飯 魚の味噌漬け焼き じゃが芋の煮物 水菜のお浸し かき玉汁 エネルギー 622.5 Kcal たんぱく質 31.03 g	コーヒー牛乳・お菓子 エネルギー 76.0 Kcal たんぱく質 1.40 g

献立表

法人名	社会福祉法人 徳信会
施設名	京都学園

利用者食(入所者)
平成 29 年 7 月

日付	朝食	昼食	夕食	間食
14 (金)	ご飯 さつま芋の味噌汁 ししゃも 大根おろし 梅干し エネルギー 411.0 Kcal たんぱく質 16.68 g	ご飯 鶏の唐揚げ(甘酢かけ) 蒟蒻の炒り煮 ポテトサラダ なめこ汁 エネルギー 710.7 Kcal たんぱく質 23.10 g	ご飯 冷しゃぶ レバーの煮物 胡瓜の酢の物 もずくの清し汁 エネルギー 545.9 Kcal たんぱく質 28.33 g	牛乳・お菓子 エネルギー 134.0 Kcal たんぱく質 6.60 g
15 (土)	ご飯 えのきの味噌汁 卵焼き 梅びしお 漬物 エネルギー 386.8 Kcal たんぱく質 13.49 g	ご飯 魚の南蛮漬け 炊き合わせ 冷奴 豚汁 エネルギー 667.4 Kcal たんぱく質 39.28 g	ハヤシライス 蓮根サンドフライ シーフードサラダ フルーツヨーグルト 福神漬 エネルギー 1014.0 Kcal たんぱく質 33.95 g	ジュース・お菓子 エネルギー 96.0 Kcal たんぱく質 0.40 g
16 (日)	ご飯 麩の味噌汁 もずく 焼き魚 漬物 エネルギー 369.8 Kcal たんぱく質 13.93 g	ホットドック ポテトチップス サラダ コーヒー オレンジ エネルギー 771.9 Kcal たんぱく質 25.61 g	ご飯 汐鯖 五目豆 卵とじ 玉葱の味噌汁 エネルギー 738.3 Kcal たんぱく質 38.41 g	牛乳・お菓子 エネルギー 320.6 Kcal たんぱく質 13.72 g
17 (月)	ご飯 豆腐の味噌汁 ひじきの煮物 鮭フレーク 漬物 エネルギー 349.5 Kcal たんぱく質 11.85 g	ご飯 和風煮込みハンバーグ れんこんの金平 胡瓜の辛子和え しめじの味噌汁 エネルギー 737.4 Kcal たんぱく質 30.88 g	ご飯 肉じゃが 磯辺揚げ ほうれん草のピーナツ和え 三色清し汁 エネルギー 660.0 Kcal たんぱく質 33.22 g	牛乳・お菓子 エネルギー 134.0 Kcal たんぱく質 6.60 g
18 (火)	ご飯 にらの味噌汁 切干大根の煮物 きゃらぶき 味のり エネルギー 383.1 Kcal たんぱく質 11.56 g	ご飯 鮭の幽庵焼き 厚揚げの煮物 じゃこサラダ 茄子の味噌汁 エネルギー 546.3 Kcal たんぱく質 34.16 g	ご飯 青椒肉絲 牛蒡の炒り煮 青梗菜のおひたし 卵スープ エネルギー 786.1 Kcal たんぱく質 20.28 g	飲み物・お菓子 エネルギー 76.0 Kcal たんぱく質 1.40 g
19 (水)	ご飯 大根の味噌汁 明太子 和え物 佃煮 エネルギー 383.8 Kcal たんぱく質 15.49 g	トルコライス 胡瓜と卵のマヨサラダ キャベツのカレー炒め デラウエアー コンソメスープ エネルギー 1597.2 Kcal たんぱく質 25.16 g	ご飯 八宝菜 中華冷奴 焼き餃子 中華スープ エネルギー 652.6 Kcal たんぱく質 26.89 g	アシッドミルク・お菓子 エネルギー 135.0 Kcal たんぱく質 5.58 g
20 (木)	ご飯 キャベツの味噌汁 丸天の煮物 岩のり 梅干し エネルギー 355.9 Kcal たんぱく質 12.30 g	ピザ ナスとトマトの冷やしパスタ 海草サラダ ソテー オレンジゼリー エネルギー 854.3 Kcal たんぱく質 28.49 g	ご飯 煮魚 筑前煮 キャベツの胡麻和え 団子汁 エネルギー 659.7 Kcal たんぱく質 30.66 g	コーヒー牛乳・お菓子 エネルギー 76.0 Kcal たんぱく質 1.40 g
21 (金)	ご飯 玉葱の味噌汁 いわしの甘露煮 大根おろし 漬物 エネルギー 396.9 Kcal たんぱく質 14.44 g	ご飯 チキン南蛮 長芋の煮物 春雨の酢の物 葱の味噌汁 エネルギー 724.2 Kcal たんぱく質 25.14 g	ご飯 魚のグリルきのこ添え アスパラとササミのおろし和え 蒸し焼売 とろろ昆布の清し汁 エネルギー 568.9 Kcal たんぱく質 35.20 g	牛乳・お菓子 エネルギー 134.0 Kcal たんぱく質 6.60 g
22 (土)	ご飯 えのきの味噌汁 金平ゴボウ 鮭フレーク 漬物 エネルギー 357.9 Kcal たんぱく質 12.32 g	ご飯 魚の照り焼き 冬瓜の酢の物 山芋鉄板 里芋の味噌汁 エネルギー 690.0 Kcal たんぱく質 32.48 g	カツカレー サラダ バナナ ゼリー 福神漬 エネルギー 844.0 Kcal たんぱく質 20.76 g	アイス エネルギー 144.0 Kcal たんぱく質 3.12 g
23 (日)	ご飯 しめじの味噌汁 ごぼう天の煮物 ふりかけ しそ昆布 エネルギー 400.3 Kcal たんぱく質 13.41 g	サンドイッチ オニオンリング ポテトサラダ スイカ コーヒー エネルギー 847.3 Kcal たんぱく質 22.28 g	ご飯 牛肉の炒め物 袋煮 ところてん ザーサイスープ エネルギー 701.1 Kcal たんぱく質 29.91 g	牛乳・お菓子 エネルギー 268.0 Kcal たんぱく質 13.20 g
24 (月)	ご飯 南瓜の味噌汁 卵焼き 佃煮 梅干し エネルギー 385.9 Kcal たんぱく質 13.29 g	ご飯 魚の味噌煮 おでん風煮物 三色なます そうめん汁 エネルギー 573.1 Kcal たんぱく質 28.09 g	ご飯 豚肉の生姜焼き インゲンのマヨネーズ和え じゃが芋の金平 卵豆腐の清し汁 エネルギー 646.7 Kcal たんぱく質 24.52 g	飲み物・お菓子 エネルギー 272.8 Kcal たんぱく質 3.48 g
25 (火)	ご飯 麩の味噌汁 ソーセージソテー 味のり 漬物 エネルギー 380.6 Kcal たんぱく質 13.57 g	ご飯 煮込みハンバーグ サラダ ビーフン じゃが芋の味噌汁 エネルギー 791.8 Kcal たんぱく質 29.88 g	ご飯 鰻の蒲焼き 蓮根の煮物 胡瓜の酢の物 かき玉汁 エネルギー 615.1 Kcal たんぱく質 29.64 g	誕生会ケーキ・コーヒー エネルギー 284.8 Kcal たんぱく質 6.21 g
26 (水)	ご飯 大根の味噌汁 明太子 煮物 味のり エネルギー 367.5 Kcal たんぱく質 15.14 g	ソースチキンカツ丼 卵サラダ チャンプルー なめこ汁 デラウエアー エネルギー 729.7 Kcal たんぱく質 37.62 g	ご飯 イカ芋煮 スパソテー セロリ中華和え 茄子の味噌汁 エネルギー 566.3 Kcal たんぱく質 24.87 g	アシッドミルク・お菓子 エネルギー 135.0 Kcal たんぱく質 5.58 g

