

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | | | |

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 30 年 7 月

| 日付 | 朝食 | 昼食 | 夕食 | 間食 |
|-------|--|---|---|--|
| 1(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 グラタン サラダ オレンジ コーヒー エネルギー 633.1 Kcal たんぱく質 22.46 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 |
| 2(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 739.3 Kcal たんぱく質 28.41 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 676.3 Kcal たんぱく質 28.61 g | 飲み物・お菓子 エネルギー 196.5 Kcal たんぱく質 3.23 g |
| 3(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 844.0 Kcal たんぱく質 24.40 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 568.7 Kcal たんぱく質 31.48 g | 牛乳・お菓子 エネルギー 346.3 Kcal たんぱく質 14.64 g |
| 4(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 | レタスチャーハン サラダ かつ フルーツ コーンスープ エネルギー 897.5 Kcal たんぱく質 22.87 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 |
| 5(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 南瓜の味噌汁 エネルギー 850.8 Kcal たんぱく質 27.56 g | ご飯 豚キムチ炒め 枝豆 春雨の酢の物 中華スープ エネルギー 548.2 Kcal たんぱく質 26.36 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 |
| 6(金) | ご飯 えのきの味噌汁 金平ゴボウ 梅干し ふりかけ エネルギー 479.1 Kcal たんぱく質 14.26 g | ご飯 塩鮭 干草焼き ほうれん草のピーナッツ和え そうめん汁 エネルギー 704.6 Kcal たんぱく質 38.46 g | ご飯 肉団子の甘酢炒め 小松菜のおひたし 金時豆 ワカメスープ エネルギー 784.1 Kcal たんぱく質 20.70 g | ジュース・お菓子 エネルギー 76.0 Kcal たんぱく質 1.40 g |
| 7(土) | 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 1098.2 Kcal たんぱく質 39.81 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 582.0 Kcal たんぱく質 36.35 g | 牛乳・お菓子 エネルギー 134.0 Kcal たんぱく質 6.60 g |
| 8(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 |
| 9(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 |
| 10(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 |
| 11(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 きやべつ味噌汁 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 |
| 12(木) | ご飯 しめじの味噌汁 ソーセージソテー 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 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 |
| 13(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 |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | | | |

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 30 年 7 月

| 日付 | 朝食 | 昼食 | 夕食 | 間食 |
|-------|---|--|--|---|
| 14(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 |
| 15(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 |
| 16(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 |
| 17(火) | ご飯 にらの味噌汁 切干大根の煮物 きやらぶき 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 |
| 18(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 デラウェア 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 | アシドミルク・お菓子 エネルギー 135.0 Kcal たんぱく質 5.58 g |
| 19(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 海藻サラダ 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 |
| 20(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 |
| 21(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 |
| 22(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 |
| 23(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 |
| 24(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 |
| 25(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 デラウェア 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 セロリの中華和え 茄子の味噌汁 エネルギー 566.3 Kcal たんぱく質 24.87 g | アシドミルク・お菓子 エネルギー 135.0 Kcal たんぱく質 5.58 g |
| 26(木) | ご飯 玉葱の味噌汁 角煮 めかぶ 梅びしお エネルギー 361.9 Kcal たんぱく質 14.04 g | 雑穀米 ざるそば かき揚げ オレンジ 床漬け エネルギー 918.1 Kcal たんぱく質 33.83 g | ご飯 ポークピカタ れんこんの金平 ひじきの酢の物 キノコ汁 エネルギー 598.1 Kcal たんぱく質 25.12 g | 手作りおやつ エネルギー 376.3 Kcal たんぱく質 7.23 g |

