







2024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		1	2	3	4	5	6	7
 朝食	ご飯	菜飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	菓子パン
	たいみそ 白菜のツナ煮 みそ汁 バナナ	ほうれん草のカニカマサラダ みそ汁 洋梨缶	のり佃煮 炒り豆腐 みそ汁 みかん缶	たいみそ しろなの中華煮 みそ汁 白桃缶	梅びしお 野菜のトマト煮 みそ汁 ヨーグルトムース	ふりかけ スパゲティサラダ みそ汁 フルーツカクテル	マンゴー缶 牛乳 	
 昼食 	ご飯	ご飯	リクエストメニュー	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	★チキン南蛮(外カミ添え) または ★白身魚の野菜あんかけ がんもの炊き合わせ かきたま汁	★青椒肉絲 または ★赤魚のみぞれかけ 焼売 中華スープ	ご飯 トンテキ (特製赤ワインソース) こだわりのポテトサラダ みそ汁	★海老入り肉野菜炒め または ★あじの磯風味パン粉焼き ほうれん草のイタリアンサラダ コンソメスープ	★豆腐チャンプルー(ゴーヤ入り) または ★さわらのマスタード焼き 人参しりしり みそ汁	七タメニュー 枝豆ご飯 七夕そうめん 揚げだし豆腐 フルーツ 	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)	カスタードケーキ	誕生日会	ドーナツ	酒饅頭	特製スイカゼリー	パンケーキ	
	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	
	たら青シソ風味焼き 冬瓜とわかめの煮物 すまし汁	豚肉の塩麴レモン炒め 豆腐サラダ みそ汁	白身魚の和風酢漬け ブロッコリーの和え物 すまし汁	牛しゃぶ さつま芋の昆布煮 みそ汁	おろしハンバーグ 青菜の湯葉和え すまし汁	南瓜のオムレツ レバーの野菜炒め コンソメスープ	赤魚の鳴門煮 ほうれん草の辛子みそ和え すまし汁	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1381	1543	1493	1486	1421	1620	1346
	タンパク質(g)	58.9	61.9	58.2	63	52.9	48.9	56.8
	脂質(g)	34	40.4	39.2	38.1	37.3	40.9	32
	塩分(g)	7	6.3	6.2	6.7	6	7	5.7

2024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	8	9	10	11	12	13	14	
 朝食	ご飯 梅びしお 青梗菜の中華サラダ みそ汁 バナナ	ご飯 のり佃煮 大根の中華煮 みそ汁 洋梨缶	わかめご飯 ジャーマンポテト みそ汁 みかん缶	ご飯 梅びしお ほうれん草のツナサラダ みそ汁 白桃缶	ご飯 たいみそ オムレツ みそ汁 黄桃缶	ご飯 ふりかけ キャベツとあさりの煮浸し みそ汁 フルーツカクテル	焼きたてパン 切干大根の煮物 りんご缶 牛乳	
	昼食	ご飯 ★牛肉の柳川風 または ★鮭の照り焼き 揚げ茄子のおろし和え すまし汁	麦ご飯 ★ミートローフ または ★白身魚のチーズ焼き 海藻サラダ コンソメスープ	ご飯 ★豚肉のねぎ塩レモンだれ または ★たらのみりん焼き もずくの酢の物 みそ汁	散らし寿司 里芋のみそかけ すまし汁 フルーツ	ご飯 ★鶏肉と大根の中華煮 または ★さわらのサラダ焼き 白菜の柚子和え すまし汁	創立記念日メニュー 赤飯  ★豚肉と野菜の旨煮 または ★ぶりの蒲焼き キャベツの梅和え すまし汁	ご飯 鶏肉のオイマヨ焼き 冬瓜のツナ煮 コンソメスープ
間食	フルーチェ 牛乳	水まんじゅう 牛乳	フルーツポンチ 牛乳	ロールケーキ 牛乳	手作りあんみつ 牛乳	紅白饅頭 牛乳	シュークリーム	
夕食 	ご飯 豚肉の甘辛炒め 冬瓜のカニ風味あんかけ みそ汁	ご飯 あじの焼浸し キャベツの和風和え すまし汁	ご飯 肉団子の甘酢煮 ブロッコリーのピーナッツ和え 中華スープ	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ 中華スープ	ご飯 豚肉と豆腐の山椒煮 青梗菜のドレ和え みそ汁	ご飯 たらのレモンバタームニエル ほうれん草のシーザーサラダ コンソメスープ	菜飯 千草焼き 白菜サラダ すまし汁	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1436	1433	1433	1457	1498	1587	1374
	タンパク質(g)	57.3	53.9	46.7	49.3	54.9	60.9	55.9
	脂質(g)	39.3	33	35	35.6	39.6	25.6	40.5
	塩分(g)	6.3	6.3	5.3	7	5.6	7	6.9

2024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	15	16	17	18	19	20	21	
 朝食	ご飯 たいみそ ほうれん草の煮浸し みそ汁 バナナ	わかめご飯 野菜ソテー みそ汁 洋梨缶	ご飯 梅びしお 小松菜のスープ煮 みそ汁 ヨーグルトムース	ご飯 ふりかけ ひじき煮 みそ汁 白桃缶	ご飯 のり佃煮 卵の花 みそ汁 黄桃缶	ご飯 梅びしお しろなの青じそ和え みそ汁 フルーツカクテル	菓子パン りんご缶 牛乳 	
	昼食	ご飯 ★回鍋肉 または ★さばの梅煮 青梗菜の辛子和え 中華スープ	ご飯 ★鶏肉のカレー炒め または ★さわらのレモン醤油焼き 大根の煮物 すまし汁	お祭りメニュー <small>(入所・職員)お祭りプレート</small> (デイ・職員)菜飯 (デイ)焼きそば (デイ)冷奴 (デイ)みそ汁	麦ごはん ★エビチリ または ★赤魚の生姜煮 冬瓜とあさりの煮物 みそ汁	夏野菜カレー ほうれん草のわさび和え 福神漬け 季節のフルーツ	ご飯 ★鶏肉の野菜あんかけ または ★あじの南蛮焼き <small>外タレ添え</small> 玉子豆腐 中華スープ	ご飯 豚肉の生姜焼き 白菜の浅漬け すまし汁
間食	やわらかきな粉おかき 牛乳	ワッフル 牛乳	プリン 牛乳	きみしぐれ 牛乳	ババロア 牛乳	マドレーヌ 牛乳	たい焼き 	
夕食 	ご飯 白身魚のオーロラ焼き ビーフソテー みそ汁	ご飯 トマトハンバーグ オクラのドレ和え みそ汁	ご飯 さわらのねぎポン酢焼き 青梗菜の中華サラダ みそ汁	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め 南瓜の煮物 中華スープ	ご飯 たらのマスタード焼き オクラのポン酢和え すまし汁	ご飯 牛肉のスタミナ炒め ほうれん草のナムル ポタージュスープ	ご飯 白身魚の変わり味噌焼き 煮奴 みそ汁	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1424	1420	1528	1404	1474	1538	1402
	タンパク質(g)	57.6	50	54.7	55	51.5	62.2	55.8
	脂質(g)	38.6	33	40.4	29.6	38.6	44.9	31.7
	塩分(g)	7.3	5.4	8.1	5.6	6.4	6.9	5.3

2024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	22	23	24	25	26	27	28	
 朝食	ご飯 たいみそ 青梗菜のお浸し みそ汁 バナナ	菜飯 かぶの煮物 みそ汁 洋梨缶	ご飯 梅びしお ポテトサラダ みそ汁 みかん缶	ご飯 たいみそ オムレツ みそ汁 黄桃缶	ご飯 梅びしお 小松菜の煮浸し みそ汁 洋梨缶	ご飯 ふりかけ キャベツのツナソテー みそ汁 フルーツカクテル	焼きたてパン 春菊の和え物 マンゴー缶 牛乳	
	昼食	ご飯 ★牛肉のしぐれ煮 または ★ほきの磯風味焼き 豆腐サラダ のっぺい汁	ご飯 ★肉団子の甘酢煮 または ★鮭のバジルソース ツナポテト すまし汁	土用の丑の日 散らし寿司 冬瓜のカニ風味あんかけ みそ汁 フルーツ 	ご飯 ★鶏肉のママレード煮 または ★さわらの菜種焼き 白菜の煮浸し すまし汁	ご飯 ★ハンバーグ デミソース または ★メルサのチーズ焼き ほうれん草のドレ和え コンソメスープ	ご飯 ★他人煮 または ★鮭のみそ焼き オクラの梅和え すまし汁 フルーツ	外食メニュー 野菜ピラフ たいめいけん特製グラタン ほうれん草と卵の炒め物 コンソメスープ
間食	カステラ 牛乳	バラエティ 牛乳	3Fバラエティ4Fかき氷 牛乳	メロンゼリー 牛乳	いちごケーキ 牛乳	練り切り 牛乳	キャラメルケーキ	
夕食 	ご飯 さばの煮付け キャベツの辛子和え みそ汁	ご飯 チキンソテーオオソース 小松菜の野菜炒め みそ汁	ご飯 親子煮 青梗菜の和え物 すまし汁	ご飯 白身魚のカレームニエル 揚げ茄子 みそ汁	ご飯 豚肉のねぎ塩だれ 厚揚げと根菜の炒め煮 すまし汁	ご飯 たらきのこあん 青菜の胡麻和え みそ汁	紅鮭ご飯 だし巻き卵 みそ汁 抹茶ムース	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1415	1537	1412	1570	1367	1370	1424
	タンパク質(g)	62.3	62.4	47.9	58.4	54.3	60.4	52.1
	脂質(g)	32.1	43	32.1	50.6	33.2	25.8	46.8
	塩分(g)	6.1	7	6.2	5.6	5.6	5.6	6.3

2024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	
日にち	29	30	31	
 朝食	ご飯 梅びしお 野菜の中華煮 みそ汁 バナナ	ご飯 ふりかけ キャベツサラダ みそ汁 洋梨缶	ご飯 のり佃煮 ポパイサラダ みそ汁 みかん缶	
昼食	こだわりメニュー ゆかりごはん 本場のジャージャー麺 青梗菜の中華和え ワンタンスープ フルーツ	郷土食 佐賀県 わかめごはん がめ煮 大根のかけ和え のっぺい汁 フルーツ	ご飯 ★ポークビーンズ または ★たらの山椒焼き 冷奴 みそ汁	
間食	クレープ 牛乳	カステラ饅頭 牛乳	3Fかき氷4Fバラエティ 牛乳	
夕食 	ご飯 あじのつけ焼き がんもの煮物 すまし汁	ご飯 豚肉の胡麻味噌炒め 白菜の塩昆布和え 中華スープ	ご飯 さばの梅肉焼き さつま芋サラダ すまし汁	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1582	1535	1460
	タンパク質(g)	60.2	52.1	60.3
	脂質(g)	41.9	38.8	42.3
	塩分(g)	8.6	6.2	6.2

麦ごはん

最近、健康志向の高まりもあり、近所のスーパーでも「もち麦」「押し麦」等をよく見かけます。

麦ごはんに使われる大麦は、食物繊維が豊富で、特に、水溶性食物繊維「β-グルカン」は、健康をサポートする成分として注目されています。

施設でも、便秘対策として「麦ごはん」を取り入れています。

これからの時期、ふわふわ山芋とろろをかけた「麦とろご飯」も美味しいですよ！

