

# 週間予定献立表

【特養】

	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁（小松菜・かぶ） ちくわの煮物 もやしのチキンフ레이크和え 漬物 牛乳	パン ジャム パンプキンスープ チキンのコンソメ煮 イタリアンサラダ 牛乳	御飯 味噌汁（麩・平茸） 納豆 きざみ昆布の煮物 漬物 牛乳	鮭粥 味噌汁（冬瓜・麩） 卵の花（あんかけ） ほうれん草のなめ茸和え 牛乳	パン はちみつ ポタージュスープ ポイルウインナー レタスサラダ 牛乳	御飯 味噌汁（じゃが芋・豆苗） 柚子おろし肉団子 カリフラワーのかつお和え物 漬物 牛乳	和風雑炊 味噌汁（玉葱・かぶの葉） 松風焼き 五色なます 牛乳
I補給 -	400kcal	508kcal	447kcal	366kcal	536kcal	431kcal	459kcal
昼	御飯 味噌汁（冬瓜・わかめ） <u>Aメンチカツ</u>  <u>Bメバルの高菜蒸し</u>  青菜の煮浸し マカロニサラダ 漬物	御飯 すまし汁（貝割れ・花麩） <u>A豚肉の葱味噌焼き</u>  <u>Bあじの焼き浸し</u>  ぜんまいの田舎煮 海藻サラダ 漬物	☆お彼岸☆ 御飯 すまし汁（かまぼこ・三つ葉）  天ぷら 京膳がんもの寄せ煮 いちごゼリー	御飯 味噌汁（高野豆腐・舞茸） <u>A炒り豆腐包み焼き</u> <u>野菜あんかけ</u>  <u>Bさわらのごま照り焼き</u>  切干大根の煮付け キャベツのおかか和え 漬物	コンソメスープ（玉ねぎ・ベーコン） <u>Aカレーライス</u>  <u>B白身魚の野菜あんかけ（御飯）</u>  もやしのかつお炒め コールスローサラダ バナナ	 <u>Aけんちんうどん</u>  <u>B親子煮（御飯・味噌汁）</u>  茄子の煮付け ほうれん草のナムル マンゴーヨーグルト	☆みんなの日曜日☆  吉野家の牛丼 味噌汁（里芋・葱） 青菜と大豆の白和え みかん缶
AI補給 -	626kcal	564kcal	520kcal	472kcal	676kcal	405kcal	582kcal
BI補給 -	481kcal	459kcal		480kcal	480kcal	523kcal	
おやつ	酒饅頭・牛乳	ラフランスゼリー・牛乳	やわらかおはぎ・牛乳	いちごプリン・牛乳	マロンババロア・牛乳	ショコラアイスケーキ・牛乳	チョコムース・牛乳
おやつ I補給 -	137kcal	114kcal	164kcal	132kcal	151kcal	247kcal	122kcal
夕	御飯 味噌汁（里芋・白菜） たらのおろし煮 絹厚揚げの野菜炒め パイナップル缶	御飯 味噌汁（玉ねぎ・かぶの葉） ぶりの照り焼き いんげんのごま和え 白桃缶	御飯 味噌汁（大根・わかめ） 厚揚げのそぼろあん コールスローサラダ 漬物	御飯 味噌汁（なす・豆苗） 鶏肉の葱しょうゆ焼き もやしの中華和え 黄桃缶	御飯 味噌汁（冬瓜・しいたけ） 赤魚の柚庵焼 挽肉と白菜の炒め物 漬物	御飯 味噌汁（かぶ・えのき） ポークチャップ ひじきと厚揚げの煮物 漬物	天津飯 味噌汁（茄子・舞茸） しゅうまい 棒棒鶏
I補給 -	445kcal	497kcal	490kcal	433kcal	407kcal	595kcal	614kcal

※都合によりメニューを変更する場合がございますので、ご了承ください。