



ケアハウス週間予定献立表



【配布用】

	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	和風雑炊 味噌汁（冬瓜・玉葱） 切干大根の炒め煮 キャベツの海苔和え 牛乳 野菜しんじょう	ロールパン ジャム ポタージュ チキンのコンソメ煮 パンプキンサラダ 牛乳	御飯 味噌汁（かぶ・大根の葉） ミートボール（甘酢） ほうれん草の白和え 漬物 牛乳 やわらかちりめん山椒	御飯 味噌汁（もやし・揚げ） 納豆 カリフラワーの吉野煮 漬物 牛乳 温泉卵	クロワッサン・ロールパン ジャム トマトスープ オムレツ フレンチサラダ 牛乳	御飯 味噌汁（白菜・麩） 厚揚げの煮物 胡瓜の塩昆布和え 漬物 牛乳 焼きのり	うめしそ粥 味噌汁（南瓜・かぶの葉） ミニがんもの煮物 青菜の和え物 牛乳 笹かまぼこ
I補給-/塩分	421Kcal/3.5g	520Kcal/2.5g	456Kcal/2.8g	543Kcal/3.4g	449Kcal/2.4g	419Kcal/3.0g	389Kcal/3.7g
昼	御飯 味噌汁（かぶ・揚げ） Aほっけの塩焼き B八宝菜  ごぼうの炒り煮 青菜のみぞれ和え 漬物	 Aたぬきそば B白身魚のきのこあんかけ（御飯・味噌汁） 里芋の含め煮 もやしの中華和え バナナ 	御飯 味噌汁（白菜・ねぎ） Aさわらの香味焼き B牛皿  二色しゅうまい いんげんのお浸し 漬物	味噌汁（玉葱・平茸） A豚野菜炒め（御飯） B鮭とろろ丼 角天と冬瓜のおかか煮 白菜マヨ和え オレンジ	御飯 味噌汁（冬瓜・椎茸） A牛肉じゃが Bさばの葱焼き 白菜の中華炒め ほうれん草のピーナッツ和え 漬物	御飯 味噌汁（大根の葉・豆腐） A赤魚の焼き浸し Bチキンカツ 竹輪とカブの含め煮 いんげんの辛し和え 漬物	 サンドイッチ（ツナ & トマトチーズ） コンソメスープ チキンナゲット ごぼうの味噌マヨ和え パイ
AI補給-/塩分	431Kcal/3.5g	515Kcal/3.0g	476Kcal/3.6g	660Kcal/2.5g	556Kcal/3.4g	458Kcal/3.4g	546Kcal/3.5g
BI補給-/塩分	569Kcal/3.5g	469Kcal/2.8g	592Kcal/3.2g	432Kcal/2.1g	514Kcal/3.6g	518Kcal/3.4g	
おやつ	マスカットゼリー・牛乳	スイスロール（バニラ）・牛乳	カステラごま饅頭・牛乳	紅茶ケーキ・牛乳	パインゼリー・牛乳	乳菓饅頭・牛乳	豆乳プリン・牛乳
おやつ I補給-	145kcal	181kcal	138kcal	130kcal	119kcal	169kcal	120kcal
夕	御飯 味噌汁（里芋・えのき） 鶏肉の梅肉焼き ブロッコリーの華風和え カクテル缶 いかつみれの煮物	御飯 味噌汁（大根・わかめ） 牛肉と車麩の煮物 きゅうりの和え物 漬物 れんこんのピリ辛炒め	御飯 味噌汁（卵・みつば） 豚肉と玉葱のオイスター炒め ふきの煮物 白桃缶 えびとアスパラのサラダ	ピース御飯 味噌汁（かぶ・かぶの葉） ぶりのピリ辛焼き ブロッコリーのかつお和え 煮豆 こんにゃくとごぼうの甘辛煮	御飯 味噌汁（キャベツ・揚げ） たらの洋風天ぷら きのこのおろし和え みかん缶 華茶巾	御飯 味噌汁（茄子・豆苗） すき焼き もやしのなめ茸和え メロン ブロッコリーの桜えび炒め	御飯 すまし汁（とろろ昆布・葱） あじの西京焼き 鶏肉とふきの炒め煮 煮豆 長芋の梅和え
I補給-/塩分	486Kcal/4.0g	478Kcal/3.3g	667Kcal/2.9g	528Kcal/3.0g	523Kcal/3.3g	528Kcal/3.4g	490Kcal/3.2g

※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。