



ケアハウス週間予定献立表



【配布用】

	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	麦ごはん 味噌汁（玉葱・大根の葉） とろろ ちくわの甘辛煮 漬物 牛乳	ロールパン ジャム ポタージュスープ 野菜コンソメ煮 白菜サラダ 牛乳	卵粥 味噌汁（白菜・豆苗） 五目豆腐揚げ煮 もやしの辛し和え 牛乳	御飯 味噌汁（冬瓜・貝割れ） お麩の卵とじ キャベツのマヨ和え 漬物 パルテノヨーグルト	食パン・ロールパン ジャム オニオンスープ トマト肉団子 イタリアンサラダ 牛乳	和風雑炊 味噌汁（麩・舞茸） カリフラワーの吉野煮 キャベツのゴマ味噌和え 牛乳	御飯 味噌汁（里芋・かぶの葉） だし巻き卵 切干大根のドレッシング和え 漬物 牛乳
I補給-/塩分	452Kcal/4.0g	427Kcal/2.5g	485Kcal/3.0g	457Kcal/3.3g	463Kcal/2.3g	526Kcal/2.8g	428Kcal/4.0g
昼	御飯 味噌汁（わかめ・えのき） Aかれのい香味醤油 がけ B牛肉豆腐  チンゲン菜ともやしのソテー いんげんの和え物 漬物	御飯 味噌汁（白菜・かぶの葉） A肉団子の甘酢煮 Bさわらの揚げおろ し煮 大根の炒め煮 空豆サラダ  漬物	御飯 味噌汁（かぶ・椎茸） A白身魚の中華ソー ス B豚肉と野菜の炒め 煮 ブロッコリーのかにあんかけ コールスローサラダ 漬物	御飯 味噌汁（玉葱・平茸） A鶏肉のクリーム煮 Bあじのレモンポン 酢焼き ふろふき大根 いんげんのごま和え 漬物	 Aかつおカツ（御 飯・味噌汁） B肉うどん かぼちゃの煮付け 胡瓜とわかめの酢の物 バナナ	中華スープ（わかめ・葱） Aビビンバ丼 B赤魚の焼き浸し （御飯） 大根と揚げの煮物 白菜のなめ茸和え オレンジ	御飯 味噌汁（もやし・豆苗） Aメバルの葱醤油焼 き B豚肉の生姜焼き 白菜の中華炒め ごぼうのサラダ 漬物
AI補給-/塩分	458Kcal/3.4g	477Kcal/3.2g	478Kcal/3.3g	562Kcal/3.6g	481Kcal/2.8g	570Kcal/3.3g	536Kcal/3.0g
BI補給-/塩分	516Kcal/3.5g	491Kcal/3.5g	454Kcal/2.9g	521Kcal/3.3g	541Kcal/3.2g	456Kcal/3.6g	510Kcal/3.5g
おやつ	ヨーグルトババロア・牛乳	上用饅頭(赤)・牛乳	栗カステラ饅頭・牛乳	フッセケーキ(チョコ)・牛乳	ライチゼリー・牛乳	酒饅頭・牛乳	きなこプリン・牛乳
おやつ I補給-	154kcal	154kcal	157kcal	159kcal	126kcal	137kcal	141kcal
夕	御飯 味噌汁（麩・椎茸） 鶏のから揚げ カリフラワーの甘酢生姜和え パイナップル	御飯 味噌汁（もやし・揚げ） ぶりのバター醤油焼き 冬瓜のおかか煮 黄桃缶	御飯 味噌汁（茄子・葱） 鶏肉のごま照り焼き ほうれん草のお浸し 白桃缶	御飯 味噌汁（麩・大根の葉） マスの粕漬け焼き 海藻の青しそドレッシング和え みかん缶	御飯 味噌汁（玉葱・しめじ） 煮豚のたれがけ もやしの華風和え 抹茶シフォンケーキ	御飯 味噌汁（冬瓜・小松菜） たら和風ソースがけ かぶの水晶煮 煮豆	御飯 味噌汁（大根・大根の葉） ハンバーグ（トマトソース） キャベツの生姜和え 洋梨缶
I補給-/塩分	454Kcal/2.9g	482Kcal/2.9g	458Kcal/3.8g	593Kcal/3.4g	480Kcal/3.0g	427Kcal/3.0g	486Kcal/4.0g

※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。