



ケアハウス週間予定献立表



【配布用】

	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁（麩・平茸） ぎせい豆腐の含め煮 花野菜サラダ 漬物 牛乳 焼きのり	ロールパン ジャム ポターージュ 野菜コンソメ煮 豆たっぷりサラダ 牛乳	麦ご飯 味噌汁（かぶ・しめじ） とろろ 五目豆腐揚げ煮 漬物 牛乳 温泉卵	卵粥 味噌汁（もやし・舞茸） さつま揚げの煮物 いんげんのなめ茸和え 牛乳 めかぶ	クロワッサン・ロールパン ジャム トマトスープ（貝割れ・玉葱） ツナポテトソテー キャベツのイタリアンサラダ 牛乳	青菜の粥 味噌汁（大根・大根の葉） お麩の卵とじ ほうれん草のお浸し 牛乳 焼きさつま揚げ	御飯 味噌汁（高野豆腐・しめじ） 納豆 かぶのつや煮 漬物 牛乳 カリフラワーのカレー炒め
I補給 -	437Kcal/2.5g	518Kcal/3.4g	529Kcal/2.7g	366Kcal/3.8g	467Kcal/2.1g	400Kcal/3.5g	488Kcal/2.6g
昼	さつま芋御飯 すまし汁（とろろ昆布・貝割れ） A鶏肉の香味醤油たれがけ Bマスのごま照り焼き なす炒め キャベツのフレンチサラダ 黄桃缶	コンソメスープ（玉葱・セロリ） Aきのこカレー Bかれいのザーサイ蒸し（御飯） ポークシュウマイ 切り干し大根の華風和え マンゴーヨーグルト	御飯 味噌汁（豆腐・豆苗） A豆腐ハンバーグ B金目鯛の煮付け キャベツの中華炒め もやしの和風ドレッシング和え 漬物	御飯 味噌汁（茄子・葱） Aぶりのバター醤油焼き Bチキンカツ ひじきの煮物 きゅうりの酢味噌和え 漬物	 A赤魚の野菜蒸し（御飯・味噌汁） B肉うどん ちくわと野菜の生姜炒め トマトサラダ 白桃缶	御飯 味噌汁（麩・かぶの葉） A鶏肉の葱しょうゆ焼き Bさばの香味焼き さといもの含め煮 ごぼうのサラダ 漬物	御飯 すまし汁（はんぺん・豆苗） Aさわらの田楽焼き B豚肉のごま照り焼き ぜんまいの田舎煮 キャベツのツナ和え 漬物
AI補給 -	540Kcal/3.5g	633Kcal/3.3g	499Kcal/3.8g	523Kcal/3.7g	472Kcal/2.9g	437Kcal/3.4g	482Kcal/3.7g
BI補給 -	537Kcal/3.5g	489Kcal/2.8g	471Kcal/3.3g	512Kcal/3.7g	529Kcal/3.5g	512Kcal/3.7g	556Kcal/3.3g
おやつ	バニラババロア・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	あんぱん・牛乳	もみじ饅頭・牛乳	乳菓饅頭・牛乳	カステラ・牛乳	レアチョコケーキ・牛乳
おやつ I補給 -	149kcal	145kcal	194kcal	168kcal	169kcal	169kcal	163kcal
夕	御飯 味噌汁（大根・揚げ） あじの生姜煮 いんげんの中華炒め 漬物 ほうれん草のナムル	御飯 味噌汁（白菜・椎茸） 白身魚のフライ ブロッコリーのドレッシング和え 漬物 にらの卵とじ	菜飯 味噌汁（小松菜・えのき） 鶏挽肉のみそ焼き なすの含め煮 パイナップル きゅうりのたらこ和え	御飯 味噌汁（冬瓜・わかめ） 牛肉と里芋の煮物 大根の和え物 梨 ワンタンのポン酢がけ	御飯 すまし汁（花麩・豆苗） 鶏肉の葱味噌焼き いんげんのわさび和え 漬物 かにクリームコロッケ	御飯 すまし汁（かまぼこ・葱） めだいのきのこあんかけ 白菜の信田煮 オレンジ 冷奴	御飯 味噌汁（なす・平茸） 鶏肉のクリームソースがけ もやしの生姜和え カクテル缶 エリンギとコーンのソテー
I補給 -	429Kcal/3.5g	512Kcal/3.0g	486Kcal/3.9g	512Kcal/3.3g	474Kcal/2.8g	454Kcal/2.5g	530Kcal/3.1g

※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。