



# 週間予定献立表



【特養】

	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁 (わかめ・豆苗) 野菜つみれの煮物 白菜の海苔和え 漬物 牛乳	パン ジャム コーンスープ オムレツ 春雨サラダ 牛乳	御飯 味噌汁 (小松菜・しめじ) つくね団子の照り煮 キャベツの塩昆布和え 漬物 牛乳	卵粥 味噌汁 (ほうれん草・平茸) 切干大根の炒め煮 いんげんのかつお和え 牛乳	パン ジャム パンプキンスープ ナポリタンミートボール カリフラワーのドレッシング和え 牛乳	御飯 味噌汁 (冬瓜・椎茸) チンゲン菜と絹厚揚げ煮 切干大根のドレッシング和え 漬物 牛乳	青菜の粥 味噌汁 (玉葱・大根の葉) 大根と鶏肉の煮物 オクラのお浸し 牛乳
I初ギ	411kcal	507kcal	449kcal	361kcal	478kcal	400kcal	317kcal
昼	御飯 味噌汁 (もやし・しめじ)  <u>A鶏の照り焼き</u>  B焼きカレーの和風ソースかけ きんぴら蓮根 切り干し大根の華風和え 漬物	御飯 味噌汁 (麩・畑菜)  <u>A豆腐の中華旨煮</u>  Bあじの塩焼き さつま芋の甘煮 ひじきのサラダ 漬物	 <u>A豚肉の塩麹炒め (御飯・味噌汁)</u>  B関西風わかめうどん なすの生姜煮 もやしサラダ バナナ	御飯 味噌汁 (大根・えのき)  <u>A銀だらの煮付け</u>  B鶏肉のチーズ焼き 冬瓜の生姜煮 白菜のお浸し 漬物 	御飯 すまし汁 (花麩・豆苗)  <u>A味噌カツ</u>  Bさわらの柚庵焼き マカロニカレー炒め ブロッコリーのおかか和え 漬物	中華スープ (わかめ・葱) <u>Aさばの粕漬け焼き (御飯)</u>  Bビビンバ丼 かぼちゃの白煮 オクラのなめ茸和え 黄桃缶	御飯 味噌汁 (小松菜・麩)  <u>Aぶりの焼き浸し</u>  B牛肉と大根の炒め煮 キャベツと木耳の生姜炒め いんげんのピーナッツ和え 漬物
AI初ギ	461kcal	578kcal	558kcal	473kcal	595kcal	529kcal	567kcal
BI初ギ	450kcal	455kcal	413kcal	504kcal	499kcal	567kcal	524kcal
おやつ	味噌饅頭・牛乳	ドームケーキ (チョコ)・牛乳	スイスロール (バニラ)・牛乳	ヨーグルトババロア・牛乳	ぶどうゼリー・牛乳	クリームパン・牛乳	ココアムース・牛乳
おやつ I初ギ	122kcal	165kcal	181kcal	154kcal	145kcal	165kcal	140kcal
夕	御飯 味噌汁 (キャベツ・揚げ) 赤魚の煮付け わかめのドレッシング和え みかん缶	御飯 味噌汁 (もやし・かぶの葉) マグロのフライ 大根のしその実和え 洋梨缶	御飯 味噌汁 (豆腐・舞茸) たら甘酢あん かぶのそぼろ煮 漬物	御飯 味噌汁 (玉葱・豆苗) 豚肉の生姜焼き 冷奴 カクテル缶	御飯 味噌汁 (かぶ・大根の葉) マスのムニエル 白菜と胡瓜の梅肉和え パイ缶	御飯 コンソメスープ (キャベツ・マッシュルーム) 鶏肉の味噌にんにく風味 白菜の炒め物 漬物	御飯 味噌汁 (もやし・えのき) 親子煮 海藻サラダ  白桃缶
I初ギ	421kcal	533kcal	445kcal	595kcal	492kcal	399kcal	480kcal

※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。