



# 週間予定献立表



【特養】

	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁 (小松菜・えのき) 納豆 はんぺんの煮物 牛乳	御飯 味噌汁 (うまい菜・しめじ) 魚河岸しょうが醤油 キャベツの和え物 うめびしお 牛乳	御飯 味噌汁 (玉葱・椎茸) 高野吹き寄せ なすの和風和え ふりかけ (かつお) 牛乳	御飯 味噌汁 (もやし・揚げ) 厚焼き卵 青菜のおかか和え たいみそ 牛乳	御飯 味噌汁 (おつゆ麩・大根葉) 鶏じゃが ほうれん草のなめたけ和え 梅干し 牛乳	御飯 味噌汁 (青梗菜・うずまき麩) ミートボール 大根の柚子風味和え ふりかけ (かつお) 牛乳	御飯 味噌汁 (大根・葱) さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え 漬物 牛乳
I初ギ -	473kcal	417kcal	485kcal	494kcal	438kcal	428kcal	396kcal
昼	御飯 味噌汁 (白菜・葱) A豚肉のポン酢炒め B白身魚フライ&カニコロッケ 里芋の煮っころがし もやしのごま和え 漬物	御飯 味噌汁 (じゃが芋・貝割れ) Aぶりの柚庵焼き (御飯) B焼き鳥丼  冬瓜のくず煮 マカロニサラダ 白桃缶	 A海鮮ちゃんぽんラーメン Bホイコーロー (御飯・すまし汁) 餃子 ほうれん草のナムル 黄桃缶	御飯 味噌汁 (里芋・しめじ) A鶏肉の葱塩炒め B赤魚の煮付け 竹輪とレンコンの旨煮 いんげんのくるみ和え 煮豆	御飯 味噌汁 (卵・葱) Aあじの竜田揚げ B鶏肉のクリーム煮 カリフラワー炒め コールスローサラダ 漬物	御飯 赤だし (えのき・わかめ) A肉豆腐  Bさわらの葱ソース 温泉卵 しろなのからし和え パイン缶	御飯 味噌汁 (茄子・大根葉) Aさば煮付け Bポークソテー じゃが芋きんぴら グリーンサラダ マンゴー缶
AI初ギ -	520kcal	589kcal	469kcal	498kcal	522kcal	575kcal	580kcal
BI初ギ -	595kcal	566kcal	574kcal	481kcal	503kcal	592kcal	572kcal
おやつ	クレープ・牛乳	いちごゼリー・牛乳	チョコ饅頭・牛乳	パインゼリー・牛乳	カスタードケーキ・牛乳	カステラ饅頭・牛乳	ゆずムース・牛乳
おやつ I初ギ -	147kcal	110kcal	139kcal	110kcal	185kcal	140kcal	114kcal
夕	御飯 すまし汁 (花麩・貝割れ) さばの山椒煮 金平ごぼう 洋梨缶	御飯 味噌汁 (大根・麩) ふくさ焼き 青梗菜のソテー 佃煮	御飯 すまし汁 (葱・しめじ) 鶏肉のハニーマスタード焼き さつま芋の煮物 カリフラワーのゆかり和え	御飯 味噌汁 (キャベツ・わかめ) 白身魚のマヨネーズ焼き かぶのかにあんかけ みかん缶	御飯 すまし汁 (豆腐・貝割れ) 豚肉ともやしの炒め物 南瓜の甘煮 バナナ	御飯 味噌汁 (冬瓜・椎茸) 赤魚のみりん焼き 五目煮 白菜のお浸し	御飯 のっぺ汁 鶏肉のカレー風味焼き マカロニのケチャップソテー キャベツの塩昆布和え
I初ギ -	496kcal	472kcal	471kcal	474kcal	497kcal	446kcal	558kcal

※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。