





# 週間予定献立表



【特養】

	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	中華粥 味噌汁（さつまいも・大根葉） 厚揚げの含め煮 オクラのお浸し 牛乳	御飯 味噌汁（椎茸・畑菜） 魚河岸揚げの含め煮 カリフラワーサラダ ふりかけ（のりたま） 牛乳	バターロール ジャム パンプキンスープ 魚肉ソーセージソテー ほうれん草とかにかまのサラダ 牛乳	麦御飯 味噌汁（うまい菜・人参） ちくわの炒め煮 とろろいも 牛乳	御飯 味噌汁（大根・葱） つくね団子 ブロッコリーの中華和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁（もやし・揚げ） はんぺんの卵とじ キャベツの香味和え ふりかけ（かつお） 牛乳	御飯 味噌汁（キャベツ・麩） ウインナー炒め イタリアンサラダ たいみそ 牛乳
I補給 -	420kcal	465kcal	458kcal	452kcal	465kcal	485kcal	483kcal
昼	味噌汁（玉葱・しめじ） A赤魚の粕漬け（御飯） B焼きそば  なすの煮物 大根の梅肉和え りんご缶	御飯 味噌汁（じゃが芋・大根葉） A五目卵焼き B白身魚のケチャップ煮 冬瓜の吉野煮 春菊の和風ドレ和え 煮豆	御飯 すまし汁（豆苗・えのき） A白身魚の葱味噌焼き B中華五目豆腐 ひじきの煮物 いんげんの和風マヨ和え 漬物	御飯 味噌汁（葱・卵） Aタンドリーチキン Bたらのみニエルバター醤油ソース じゃが芋の煮物 白菜のたくあん和え 漬物	御飯 味噌汁（麩・小松菜） A豚肉の葱塩炒め Bさばの塩焼き レンコン煮 ほうれん草のくるみ和え 煮豆	御飯 すまし汁（みつ葉・かまぼこ） Aぶりの煮付け B鶏肉の味噌漬焼き 青菜炒め きゅうりとわかめの酢の物 バナナ	御飯 中華スープ（春雨・きくらげ） A麻婆豆腐 Bさわらの梅肉焼き いんげんの煮浸し もやしの和えもの 漬物
AI補給 -	497kcal	535kcal	461kcal	524kcal	566kcal	519kcal	536kcal
BI補給 -	544kcal	485kcal	513kcal	510kcal	553kcal	486kcal	470kcal
おやつ	人形焼き・ショア	マロンババロア・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	ドームケーキ・牛乳	いちごババロア・牛乳	クリームパン・牛乳	レアチーズケーキ・牛乳
おやつ I補給 -	186kcal	146kcal	110kcal	179kcal	146kcal	167kcal	155kcal
夕	御飯 味噌汁（卵・貝割れ） 鶏肉のごま炒め ほうれん草のゆず醤油和え 漬物	菜飯 すまし汁（とろろ昆布・みつ葉） あぶらかれの香味焼き 牛肉とごぼう煮 オレンジ	御飯 味噌汁（里芋・絹さや） 豚の角煮 じゃこ炒め カクテル缶	御飯 味噌汁（玉葱・かぶの葉） 焼きカレイのきのこあんかけ 畑菜の辛子和え マンゴー缶	高菜チャーハン 中華スープ かにシュウマイ パイ缶 	御飯 味噌汁（かぶ・大根葉） 肉豆腐 南瓜の甘煮 なす生姜和え	御飯 味噌汁（玉葱・わかめ） 白身魚の揚げ煮 しろなのピーナッツ和え 洋梨缶
I補給 -	484kcal	494kcal	596kcal	419kcal	473kcal	554kcal	496kcal

※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。