



# 週間予定献立表

【特養】

	12月9日 月	12月10日 火	12月11日 水	12月12日 木	12月13日 金	12月14日 土	12月15日 日
曜日							
朝	御飯 味噌汁（畑菜・えのき） 納豆 大根のそぼろ炒め 牛乳	御飯 味噌汁（もやし・葱） いわしの蒲焼き 青梗菜のお浸し 梅干し 牛乳	御飯 味噌汁（玉葱・わかめ） スクランブルエッグ フレンチサラダ ふりかけ（さけ） 牛乳	御飯 味噌汁（うまい菜・まいたけ） 肉詰めいなり煮物 白菜のゆかり和え のり佃煮 牛乳	食パン ブルーベリージャム コンソメスープ（大根・人参） ハンペンバター焼き ブロッコリーの柚子和え 牛乳	さつま芋粥 味噌汁（麩・かぶ） さつま揚げの甘辛煮 なすのお浸し 牛乳 	御飯 味噌汁（じゃが芋・大根葉） 絹揚げの葱あんかけ ほうれん草サラダ ふりかけ（しそ） 牛乳
I初ギ -	453kcal	456kcal	439kcal	448kcal	424kcal	445kcal	445kcal
昼	御飯 味噌汁（白菜・麩）  Aツナと野菜の卵焼き B和風おろしハンバーグ がんもの含め煮 春雨の酢の物 マンゴー缶	御飯 味噌汁（冬瓜・豆苗） A牛肉のにんにく醤油炒め（御飯） B鮭と卵の二色丼 さつま芋の煮物 大根のゆず風味和え カクテル缶	御飯 すまし汁（貝割れ・麩） A鶏肉のごま醤油焼き Bさばの味噌煮 切干大根の炒り煮 キャベツのしその実和え 漬物	 A鶏けんちんうどん Bあじの山椒焼き（御飯・味噌汁） ちくわの磯辺揚げ 小松菜の錦糸和え バナナ	御飯 すまし汁（とろろ昆布・三つ葉） A銀だらの照り焼き B厚揚げとえびの野菜炒め ジャーマンポテト ほうれん草和え 黄桃缶	御飯 コンソメスープ Aミートローフ B白身魚のクリームソースかけ マカロニソテー 野菜サラダ 漬物	御飯 味噌汁（豆腐・しめじ） A鶏肉のピザ焼き風 Bめだいの照り焼き 五目野菜炒め ブロッコリーサラダ 漬物
AI初ギ -	536kcal	574kcal	497kcal	496kcal	584kcal	540kcal	510kcal
BI初ギ -	577kcal	509kcal	513kcal	533kcal	498kcal	558kcal	503kcal
おやつ	ピーチゼリー・牛乳	チョコブッセケーキ・牛乳	どら焼き・牛乳	パインゼリー・ショア	和のパンケーキ抹茶・牛乳	酒饅頭・牛乳	きなこムース・牛乳
おやつ I初ギ -	110kcal	161kcal	162kcal	122kcal	124kcal	139kcal	127kcal
夕	御飯 コンソメスープ 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーソテー オニオンサラダ	御飯 味噌汁（ほうれん草・じゃが芋） 白身魚フライとホタテ風味フライ 焼き豆腐と白菜煮 漬物	御飯 味噌汁（絹さや・揚げ） ぶりの塩麹焼き かぶの含め煮 みかん缶	御飯 味噌汁（もやし・かぶの葉） 豚肉ときのこの炒め物 青菜のツナ和え 漬物	御飯 ワントンスープ かに玉あんかけ かまぼこと白菜和え ザーサイ	御飯 味噌汁（玉葱・豆苗） かれいのおろし煮 きんぴらごぼう りんご缶	茶飯 味噌汁（絹さや・わかめ） おでん 小松菜バター炒め バナナ
I初ギ -	511kcal	531kcal	500kcal	460kcal	501kcal	468kcal	467kcal

※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。