



週間予定献立表



【特養】

| | 12月16日 | 12月17日 | 12月18日 | 12月19日 | 12月20日 | 12月21日 | 12月22日 |
|---------|---|---|--|--|--|--|--|
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 朝 | 御飯 味噌汁（豆腐・かぶの葉） いわし蒲焼き 白菜とかにかま和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁（しめじ・白菜） ミートボールオニオンソース 春菊の磯和え 梅干し 牛乳 | バターロール ピーナッツジャム コーンスープ オムレツ 人参サラダ 牛乳 | 御飯 味噌汁（里芋・揚げ） キャベツのベーコンソテー 小松菜のごま醤油和え ふりかけ 牛乳 | 梅しそしらす粥 味噌汁（畑菜・麩） つみれの含め煮 オクラのなめたけ和え 牛乳 | 御飯 味噌汁（わかめ・しめじ） 温泉卵 冬瓜のつや煮 牛乳 | 御飯 味噌汁（さつまいも・貝割れ） はんぺん煮付け ブロッコリーのゆず和え たいみそ 牛乳 |
| I初ギ | 438kcal | 419kcal | 489kcal | 487kcal | 404kcal | 420kcal | 444kcal |
| 昼 | 御飯 味噌汁（さつまいも・貝割れ） Aあじの照り焼き B麻婆茄子 炒り豆腐 いんげんピーナッツ和え 洋梨缶 | コンソメスープ Aポークカレー Bホキのムニエルオニオンソースかけ（御飯） かにクリームコロッケ コールスローサラダ カクテル缶 | 御飯 味噌汁（畑菜・麩） Aさばの香味焼き B和風ロールキャベツ もやしの炒め物 白菜の塩昆布和え 漬物 | A鶏南蛮そば B豆腐の海鮮野菜あん（御飯・味噌汁） 蓮根炒め 茄子の華風和え みかん缶 | 御飯 中華スープ A八宝菜 Bますのタルタル焼き 大根の煮物 いんげんのわさび和え 漬物 | 御飯 味噌汁（もやし・麩） Aかれいの煮付け Bポークチャップ かぼちゃのいとこ煮 小松菜の和え物 漬物 | 御飯 中華スープ A豚肉とピーマンの炒め物 Bあじのムニエル香味ソース エビシュウマイ しろなのナムル 漬物 |
| AI初ギ | 541kcal | 692kcal | 474kcal | 553kcal | 487kcal | 474kcal | 519kcal |
| BI初ギ | 664kcal | 575kcal | 402kcal | 576kcal | 537kcal | 569kcal | 499kcal |
| おやつ | メロンゼリー・牛乳 | 抹茶ゼリー・牛乳 | レディポーデンキャラメル・牛乳 | 黒糖饅頭・牛乳 | 抹茶どら焼き・牛乳 | 味噌饅頭・牛乳 | プリンムース・牛乳 |
| おやつ I初ギ | 111kcal | 122kcal | 261kcal | 153kcal | 173kcal | 124kcal | 121kcal |
| 夕 | 御飯 すまし汁（卵・三つ葉） 牛肉のゆず醤油炒め かぶの水晶煮 胡瓜のたくあん和え | 御飯 中華スープ えび玉あんかけ 青菜のおかか和え 佃煮 | 御飯 すまし汁（はんぺん・豆苗） 豚肉の生姜焼き さつまいものレモン煮 黄桃缶 | 御飯 味噌汁（とろろ昆布・葱） たらのマヨ焼き 焼ビーフン 漬物 | 御飯 味噌汁（豆腐・三つ葉） 赤魚のみりん焼き なすの味噌炒め りんご缶 | 御飯 味噌汁（大根・揚げ） 鶏肉の竜田揚げ 白菜と胡瓜の胡麻酢和え パイン缶 | 御飯 すまし汁（かまぼこ・三つ葉） ますの西京焼き なすのそぼろ煮 マンゴー缶 |
| I初ギ | 500kcal | 417kcal | 575kcal | 492kcal | 515kcal | 524kcal | 525kcal |

※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。