



# 週間予定献立表



【特養】

	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	食パン マーガリン コンソメスープ ハムソテー ポテトサラダ 牛乳	麦御飯 味噌汁（揚げ・畑菜） ちくわの煮物 とろろいも 牛乳 	御飯 味噌汁（なす・豆苗） 厚焼玉子 チンゲン菜のお浸し ふりかけ 牛乳	鮭粥 味噌汁（玉葱・大根葉） 高野豆腐の含め煮 もやしと春菊の和え物 牛乳	御飯 味噌汁（チンゲン菜・麩） 納豆 角天と大根の煮物 牛乳	御飯 味噌汁（かぶ・かぶの葉） 野菜炒め 小松菜の和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁（なす・豆苗） がんもの含め煮 チンゲン菜のチキン和え かつおおかか 牛乳
I初ギ -	472kcal	411kcal	450kcal	383kcal	456kcal	411kcal	447kcal
昼	御飯 味噌汁（舞茸・豆苗） A赤魚のザーサイ蒸し Bポークピカタ ほうれん草のバターソテー いんげんのからし和え 煮豆	 Merry Christmas バターライス コンソメスープ  ビーフシチュー ミモザサラダ フルーツヨーグルト	御飯 味噌汁（さつまいも・葱） Aえびカツとイカリ ソグフライ B酢鶏  きざみ昆布の煮物 グリーンサラダ 漬物	すまし汁（三つ葉・まいたけ） A鶏そぼろ丼 Bあぶらかれの田 楽焼き(御飯) ごぼうの甘辛炒め ほうれん草のしらす和え りんご缶	コンソメスープ Aたらのパン粉焼き (御飯) Bスパゲティミート ソース ベーコンポテト ツナサラダ みかん缶	御飯 すまし汁（しめじ・葱） A豆腐の肉味噌がけ Bますの南蛮漬け ブロッコリーソテー 白菜の中華サラダ 漬物	御飯 味噌汁（玉葱・わかめ） A銀ひらすの胡麻照 り焼き B鶏肉のハニーマス タード焼き いんげんと木耳の炒め物 もやし和え 漬物
AI初ギ -	436kcal	631kcal	588kcal	503kcal	539kcal	546kcal	461kcal
BI初ギ -	595kcal		473kcal	520kcal	561kcal	508kcal	432kcal
おやつ	コーヒーゼリー・牛乳	苺のショートケーキ・牛乳	カステラ・牛乳	ピーチムース・牛乳	ドームケーキ（こしあん）・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	杏仁ムース・牛乳
おやつ I初ギ -	122kcal	162kcal 	171kcal	106kcal	168kcal	128kcal	113kcal
夕	御飯 味噌汁（卵・葱） 肉団子の甘酢煮 春雨サラダ みかん缶	御飯 味噌汁（小松菜・椎茸） さばの七味焼き 里芋の含め煮 高菜漬け 	御飯 すまし汁（麩・わかめ） 豚肉の味噌炒め 冬瓜の和風あんかけ バナナ	御飯 味噌汁（小松菜・人参） ほっけの塩焼き キャベツのコンソメ煮 漬物	御飯 味噌汁（豆腐・大根葉） 鶏肉と里芋の煮物 卵豆腐～銀あん～ 浅漬け	御飯 味噌汁（南瓜・えのき） 蒸しさわらの香味ポン酢かけ 五目炒り煮 黄桃缶	御飯  かき玉汁 味噌カツ 切干大根のサラダ バナナ
I初ギ -	561kcal	478kcal	482kcal	440kcal	485kcal	488kcal	619kcal

※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。