



# 週間予定献立表



【特養】

	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁（大根・かぶの葉） お魚豆腐揚げ しろなの磯和え たいみそ 牛乳	御飯 味噌汁（畑菜・麩） 納豆 ハムとキャベツのソテー 牛乳	御飯 味噌汁（玉葱・貝割れ） 温泉卵 里芋の煮物 牛乳	御飯 味噌汁（かぶ・かぶの葉） やわらかつみれの煮物 春菊のお浸し うめびしお  牛乳	菜粥 味噌汁（なす・麩） 肉詰いなり煮物 ブロッコリーのマヨポン酢和え 牛乳	食パン ジャム ポタージュ 冬瓜のコンソメ煮 コールスローサラダ 牛乳	御飯 味噌汁（うまい菜・しめじ） 豆腐チャンプル 白菜のなめ茸和え ふりかけ 牛乳
I補給 -	484kcal	455kcal	455kcal	421kcal	450kcal	504kcal	425kcal
昼	御飯 味噌汁（白菜・わかめ） Aさわらの生姜煮 B肉豆腐  ごぼうの甘辛炒め 青梗菜のごま醤油和え 漬物	コンソメスープ Aキーマカレー B赤魚の山椒焼き （御飯） カニクリームコロッケ 人参サラダ みかん缶	御飯 味噌汁（もやし・いんげん） Aあじの七味焼き B豚肉の生姜焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーサラダ 漬物	たけのこ御飯 味噌汁（舞茸・ほうれん草） A鶏肉の香味焼き Bかれいの煮つけ さつま芋の甘煮 カリフラワーの甘酢和え りんご缶	 A野菜タンメン Bほっけの塩焼き （御飯・味噌汁） 餃子（野菜あんかけ） しろなのナムル カクテル缶	御飯 すまし汁（かまぼこ・三つ葉） A白身魚の味噌煮 Bチキントマト煮 なすとピーマンの炒め物 ほうれん草和え 佃煮	御飯 すまし汁（麩・葱） A親子煮 Bマスのムニエル 大根金平 マカロニサラダ 漬物
AI補給 -	503kcal	607kcal	477kcal	556kcal	558kcal	481kcal	594kcal
BI補給 -	525kcal	534kcal	544kcal	514kcal	512kcal	513kcal	552kcal
おやつ	青りんごゼリー・ショア	ぶどうゼリー・牛乳	バナナクリームサンドケーキ・牛乳	おはぎムース・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	いちごモンブラン・牛乳	いちごムース・牛乳
おやつ I補給 -	105kcal	110kcal	187kcal	166kcal	110kcal	273kcal	107kcal
夕	御飯 味噌汁（豆腐・葱） 華風卵焼き もやしの中華炒め バナナ	御飯 味噌汁（じゃが芋・豆苗） 白身魚の焼き浸し きざみ昆布の炒り煮 ほうれん草の辛子和え	御飯 味噌汁（しめじ・三つ葉） 牛肉のバター醤油炒め 青菜のドレ和え オレンジ	御飯 すまし汁（かまぼこ・貝割れ） ぶり大根 春雨ソテー キャベツの浅漬	御飯 味噌汁（白菜・葱） メバルの照り焼き じゃが芋の炒め煮 漬物	御飯 味噌汁（大根・揚げ） 豚肉の塩麴焼き 若竹煮 黄桃缶	御飯 味噌汁（とろろ昆布・大根の葉） たらフライと帆立フライ キャベツの和え物 パイン缶
I補給 -	511kcal	505kcal	492kcal	485kcal	458kcal	516kcal	491kcal

※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。