



ケアハウス週間予定献立表



【配布用】

	4月7日 月	4月8日 火	4月9日 水	4月10日 木	4月11日 金	4月12日 土	4月13日 日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁 (うまい菜・揚げ) 肉詰めいなりの煮物 キャベツのゆかり和え 漬物 牛乳 白菜の桜海老炒め	御飯 味噌汁 (かぶ・豆苗) 炒り豆腐 オクラの中華和え ふりかけ 牛乳 玉葱とコーン炒め	御飯 味噌汁 (小松菜・麩) 厚焼き卵 いんげんのごまマヨ和え 漬物 牛乳 キャベツのお浸し	御飯 味噌汁 (キャベツ・大根葉) 納豆 里芋のそぼろ煮 牛乳 小松菜とハムのソテー	ダブルソフト・バターロール ジャム コーンスープ ウイナーソテー ミモザサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 (畑菜・麩) ちくわの煮物 白菜のおかか和え うめぼし 牛乳 やわらかちりめん山椒	卵粥 味噌汁 (もやし・葱) 厚揚げの吉野煮 キャベツのツナ和え 牛乳 しらすおろし
I補給 -	479Kcal/3.0g	493cal/2.8g	509Kcal/3.0g	507Kcal/2.7g	584Kcal/3.4g	424Kcal/3.8g	452Kcal/3.0g
昼	コンソメスープ Aポークカレー B白身魚の焼き浸し (御飯) カニクリームコロッケ 野菜サラダ パイン缶	~花まつり~ 桜ちらし すまし汁 (花麩・三つ葉) 春のかき揚げ 筑前煮 菜の花の辛子味噌	味噌汁 (白菜・貝割れ) Aさばの生姜醤油焼き (御飯) B焼き鳥丼 かぶの水晶煮 フロッコリーのピーナッツ和え 洋梨缶	 Aあんかけうどん Bお魚ハンバーグ照り焼きソース (御飯・味噌汁) かにしゅうまい カリフラワーの中華サラダ マンゴー缶	御飯 すまし汁 (はんぺん・豆苗) Aほっけの塩焼き Bとんかつ 金平ごぼう 菜の花のかにかま和え 漬物	御飯 ワンタンスープ A中華風卵焼き B鶏肉の生姜炒め なすの甘醤油煮 ほうれん草の和え物 黄桃缶	御飯 すまし汁 (とろろ昆布・貝割れ) Aたらのポテト焼き B鶏ひき肉の味噌焼き 五目煮 青梗菜の和風和え 漬物
AI補給 -	636Kcal/3.3g	567Kcal/3.7g	537Kcal/3.1g	522Kcal/3.3g	439Kcal/3.4g	566Kcal/3.2g	529Kcal/3.5g
BI補給 -	511Kcal/2.3g		506Kcal/3.0g	537Kcal/3.5g	552Kcal/3.4g	601Kcal/3.2g	433Kcal/3.5g
おやつ	いちごゼリー・牛乳	ねりきり・牛乳	スイスロール (バニラ)・ショア	ぶどうゼリー・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	杏仁ムース・牛乳	レアチョコケーキ・牛乳
おやつ I補給 -	110kcal	125kcal	187kcal	110kcal	128kcal	113kcal	140kcal
夕	御飯 味噌汁 (白菜・葱) 赤魚の漬け焼き 切り干し大根の炒め 漬物 冷奴	御飯 味噌汁 (舞茸・葱) 豚肉のにんにく醤油焼き もやしときゅうりの和え物 みかん缶 こんにゃくの田楽	御飯 味噌汁 (じゃが芋・わかめ) 牛肉と玉葱の煮込み しろなの炒め物 漬物 長芋の酢みそがけ	御飯 味噌汁 (大根・三つ葉) 白身魚の揚げ煮 ほうれん草のごまよごし 佃煮 じゃがバター	御飯 味噌汁 (豆腐・かぶの葉) 鶏肉の葱塩焼き 春雨と野菜の炒め物 バナナ 胡瓜とわかめの酢の物	御飯 味噌汁 (しめじ・わかめ) ますの幽庵焼き さつま芋のサラダ きゅうりの浅漬け れんこんのごま炒め	えびピラフ コンソメスープ カリフラワーサラダ カクテル缶 から揚げ
I補給 -	461Kcal/3.5g	491Kcal/3.0g	478Kcal/3.5g	572Kcal/4.0g	522Kcal/3.2g	530Kcal/3.0g	515Kcal/3.0g

※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。