





週間予定献立表



【特養】

曜日	7月21日 月	7月22日 火	7月23日 水	7月24日 木	7月25日 金	7月26日 土	7月27日 日
朝	御飯 味噌汁（豆腐・かぶの葉） しろなと焼きちくわの煮浸し 納豆 牛乳	かに雑炊 味噌汁（小松菜・えのき） 厚揚げの煮物 もやしと胡瓜の笹かま和え 牛乳	御飯 味噌汁（揚げ・葱） ホタテの卵としじ うまい菜のわさび和え のり佃煮 牛乳	パン コーンスープ ブルーベリージャム 鶏肉のポトフ煮 キャベツときゅうりのサラダ 牛乳	御飯 味噌汁（玉葱・揚げ） 里芋とかつおフレークの煮物 白菜のポン酢和え たいみそ 牛乳	御飯 味噌汁（かぶ・大根葉） ベーコンといんげんの炒め物 カリフラワーのサラダ ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁（キャベツ・葱） 卵焼き ほうれん草の磯和え うめびしお 牛乳
エネルギー	453kcal	396kcal	466kcal	452kcal	453kcal	424kcal	421kcal
昼	御飯 味噌汁（玉葱・しめじ） A若鶏の唐揚げ Bめばるの梅肉焼き かぼちゃの煮物 キャベツのしその実和え 佃煮	味噌汁（里芋・わかめ） A豚丼  Bさばの竜田揚げ (御飯) れんこんの金平 白菜と春菊の和え物 リンゴ缶	御飯 すまし汁（とろろ昆布・三つ葉） A鶏肉のハニーマスタード焼き Bかれいの田楽焼き 青梗菜のバター炒め 冷奴 漬物	御飯 味噌汁（白菜・麩） Aめだいの南部焼き Bチンジャオロースー がんもの煮物 菜の花のなめ茸和え かぶの浅漬け	御飯 すまし汁（とろろ昆布・貝割れ） A豚肉のスタミナ炒め B赤魚のザーサイ蒸し ごぼうの甘辛煮 ハムとしろなのサラダ 漬物	 A肉そば Bぶりの照り焼き (御飯・味噌汁) じゃがいもの煮物 キャベツのおかか和え 洋梨缶	御飯 すまし汁（かまぼこ・三つ葉） A鶏肉の生姜焼き Bあじのムニエル・香味ソース 冬瓜とちくわの煮物 きゅうりと笹かまの甘酢和え 漬物
エネルギー	543kcal	538kcal	469kcal	507kcal	459kcal	628kcal	469kcal
エネルギー	464kcal	638kcal	432kcal	495kcal	447kcal	549kcal	513kcal
おやつ	ぶどうゼリー・ショア	ソフトクレープ(バニラ)・牛乳	あんぱん・牛乳	上用饅頭(赤)・牛乳	和風ケーキ・牛乳	青りんごゼリー・牛乳	プリンムース・牛乳
エネルギー	122kcal	147kcal	196kcal	156kcal	168kcal	110kcal	123kcal
夕	御飯 すまし汁（かまぼこ・豆苗） 和風卵焼き 冬瓜のえびあんかけ 黄桃缶	御飯 味噌汁（かぶ・大根葉） 白身魚の塩麴焼き ビーフン炒め 漬物	御飯 味噌汁（ほうれん草・じゃが芋） さわらの煮付け 揚げ茄子のゆず醤油和え マンゴー缶	御飯 味噌汁（豆腐・貝割れ） 和風ハンバーグ マカロニソテー オレンジ	御飯 味噌汁（もやし・わかめ） かに玉 春巻き カクテル缶	御飯 味噌汁（茄子・豆苗） チキンのトマトソースかけ 青梗菜炒め 漬物	御飯 味噌汁（卵・かぶの葉） ほっけの七味焼き さつま芋の甘煮 パイ缶
エネルギー	453kcal	454kcal	511kcal	517kcal	537kcal	465kcal	488kcal


※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。



週間予定献立表



【特養】

曜日	7月28日 月	7月29日 火	7月30日 水	7月31日 木	8月1日 金	8月2日 土	8月3日 日
朝	食パン コンソメスープ(大根・豆苗) リンゴジャム 野菜ソテー もやしとかつおフレークのサラダ 牛乳	麦ご飯 味噌汁(大根・貝割れ) 畑菜とさつま揚げの煮浸し とろろ 牛乳	御飯 味噌汁(かぶ・舞茸) 卵焼き キャベツのお浸し ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁(茄子・わかめ) ミートボール・柚子おろし 青梗菜の和え物 のり佃煮 牛乳	御飯 味噌汁(小松菜・えのき) はんぺんの卵とじ カリフラワーの胡麻醤油和え ふりかけ 牛乳	菜粥 味噌汁(かぶ・揚げ) いわしの蒲焼き ちくわと白菜の炒め物 牛乳	御飯 味噌汁(玉葱・かぶの葉) 野菜炒め 温泉卵 牛乳
I補給	413kcal	399kcal	464kcal	434kcal	473kcal	499kcal	468kcal
昼	御飯 味噌汁(里芋・いんげん) A赤魚の生姜煮 B肉豆腐 刻み昆布の炒め煮 菜の花のお浸し 漬物	コンソメスープ(ほうれん草・ベーコン) A夏野菜のキーマカレー Bかれのバター 焼き(御飯) コロケ トマトのサラダ パイナップル	御飯 味噌汁(白菜・葱) A白身魚のタルタル 焼き B鶏肉のねぎ塩焼 き ゴーヤチャンプルー ほうれん草の辛し和え 漬物	 A冷やしそうめん B回鍋肉(御飯・中 華スープ) 夏野菜のかき揚げ 大根サラダ マンゴー缶	御飯 味噌汁(さつま芋・貝割れ) Aぶりの味噌漬 け 焼き B照り焼きハン バーグ 茄子の翡翠煮 キャベツの沢庵和え 黄桃缶	御飯 中華スープ(なると・豆苗) A豆腐ステーキ B麻婆茄子 かにシュウマイ もやしと胡瓜のサラダ 漬物	梅しそ御飯 味噌汁(しめじ・長葱) Aさばの塩麴焼き B鶏肉のガーリック ソースがけ 里芋の煮物 しろなのみぞれ和え 洋梨缶
AI補給	454kcal	613kcal	566kcal	485kcal	526kcal	494kcal	512kcal
BI補給	539kcal	582kcal	488kcal	594kcal	561kcal	559kcal	509kcal
おやつ	和のパンケーキ(抹茶)・牛乳	抹茶ムース・牛乳	ライチゼリー・ショア	吹雪饅頭・牛乳	ピーチゼリー・牛乳	ソフトクレープ(バナナ)・牛乳	いちごムース・牛乳
おやつ I補給	124kcal	108kcal	123kcal	165kcal	110kcal	146kcal	107kcal
夕	御飯 すまし汁(はんぺん・白菜) チキンソテー・照り焼きソース 茄子の味噌炒め みかん缶	御飯 味噌汁(うまい菜・揚げ) さわらの香味焼き レンコンの塩麴炒め カリフラワーと胡瓜の甘酢漬	御飯 味噌汁(小松菜・麩) ポークチャップ ふきの煮物 オレンジ	御飯 味噌汁(玉葱・大根葉) 白身魚の粕漬け焼き 冬瓜のうす煮 煮豆	野菜ピラフ コンソメスープ(マッシュルーム・絹さや) グリルチキン 野菜サラダ	御飯 味噌汁(青梗菜・舞茸) 白身魚の揚げ浸し 大根きんぴら カクテル缶	御飯 味噌汁(うまい菜・麩) 牛肉のしぐれ煮 いんげんの炒め物 漬物
I補給	522kcal	486kcal	468kcal	434kcal	406kcal	523kcal	455kcal

※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。