



ケアハウス週間予定献立表



【配布用】

	8月25日 月	8月26日 火	8月27日 水	8月28日 木	8月29日 金	8月30日 土	8月31日 日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	ご飯 味噌汁(玉葱・三つ葉) 厚揚げの煮物 もやしの生姜醤油和え たいみそ 牛乳 白菜の桜海老炒め	麦ご飯 味噌汁(小松菜・麩) とろろ 大根とさつま揚げの煮物 牛乳 スパゲティサラダ	ご飯 味噌汁(しめじ・揚げ) ツナと野菜の炒め物 ほうれん草のおかか和え ふりかけ 牛乳 なめ茸おろし	ダブルソフト・ロールパン ジャム コーンスープ オムレツ キャベツのごま和え 牛乳	ご飯 味噌汁(玉葱・オクラ) 納豆 厚揚げと冬瓜の煮物 牛乳 ほうれん草のお浸し	ご飯 味噌汁(小松菜・揚げ) 温泉卵 キャベツとしらすの煮浸し 牛乳 わかめのポン酢和え	ほたて風味雑炊 味噌汁(白菜・しめじ) 高野豆腐の含め煮 ほうれん草のごまマヨ和え 牛乳 昆布豆
I補給-/塩分	423kcal/2.6g	508kcal/2.6g	461kcal/2.9g	557kcal/3.4g	451kcal/2.7g	437kcal/2.9g	502kcal/3.6g
昼	ご飯 すまし汁(とろろ昆布・貝割れ) Aさばの塩レモン焼き B中華風卵焼き 里芋の味噌煮 ブロッコリーの青じそ風味漬物	ご飯(A) 味噌汁(A) A豚肉のゆず風味醤油炒め B冷やし中華 昆布と大豆の炒め煮 しろ菜の和え物 カクテル缶	ご飯(B) コンソメスープ Aシーフードカレー Bとんかつ 小松菜のバターソテー にんじんサラダ バナナ	ご飯 味噌汁(白菜・わかめ) Aぶりの七味焼き B鶏肉と野菜の煮物 かぶのコンソメ煮 トマトサラダ 漬物	ご飯(B) 中華スープ A中華丼 Bさわらの生姜焼き えびしゅうまい 胡瓜のおろしドレ和え 梨	ご飯 すまし汁(麩・葱) A厚揚げの肉味噌がけ Bあぶらかれの南蛮漬け じゃが芋炒め カリフラワーのゆず風味和え 漬物	ご飯 味噌汁(うまい菜・えのき) Aたらのパン粉焼き B豚肉と野菜の炒め物 れんこん金平 かぶの甘酢漬け 昆布佃煮
AI補給-/塩分	516kcal/3.1g	563kcal/3.2g	529kcal/4.3g	501kcal/3.6g	559kcal/3.2g	583kcal/3.2g	505kcal/4.0g
BI補給-/塩分	517kcal/3.7g	462kcal/3.9g	545kcal/3.0g	481kcal/3.5g	522kcal/2.9g	526kcal/3.2g	510kcal/4.0g
おやつ	ドームケーキカスタード・牛乳	ライチゼリー・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	バニラクレープ・ショア	スイスロールコーヒー・牛乳	ヨーグルトムース・牛乳
おやつ I補給-	179kcal	111kcal	110kcal	153kcal	159kcal	179kcal	117kcal
夕	ご飯 コンソメスープ チーズインハンバーグ 野菜サラダ りんご 春雨入り野菜ソテー	ご飯 味噌汁(かぶ・貝割れ) ますの煮つけ 鶏肉とごぼうの煮物 漬物 キャベツのわさび和え	ご飯 味噌汁(豆腐・畑菜) 鶏肉の黒ごま焼き 冬瓜のかにかまあんかけ 煮豆 白菜の磯和え	ご飯 味噌汁(もやし・かぶの葉) 豚肉の玉葱炒め なすの和え物 黄桃缶 豆腐の田楽	ご飯 味噌汁(さつま芋・にら) 白身魚のチーズ焼き 青梗菜のくるみ和え 漬物 ごぼうの甘辛炒め	ご飯 味噌汁(大根・豆苗) メバルの香味焼き スパゲティカレーソテー マンゴー缶 ブロッコリーのマリネ	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のクリーム煮 オクラのおかか和え パイン さつま芋の含め煮
I補給-/塩分	532kcal/3.1g	437kcal/3.0g	482kcal/3.1g	605kcal/2.1g	485kcal/3.0g	529kcal/2.6g	535kcal/3.1g

※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。