



週間予定献立表



【特養】

	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝 	ご飯 味噌汁（キャベツ・麩） ウインナーほうれん草炒め カリフラワーとコーンサラダ うめびしお 牛乳	ご飯 味噌汁（畑菜・えのき） 納豆 冬瓜の鶏そぼろ炒め 牛乳 	ご飯 味噌汁（もやし・葱） いわし蒲焼き 大根のゆず醤油和え たいみそ 牛乳	ご飯 味噌汁（オクラ・わかめ） ミックスベジタブル卵炒め キャベツのフレンチサラダ ふりかけ 牛乳	麦ご飯 味噌汁（小松菜・舞茸） 鶏つみれの煮物 白菜のゆかり和え のり佃煮 牛乳	食パン ジャム パンプキンスープ はんぺんバター焼き ブロッコリーとコーンのゆずドレ和え 牛乳	さつま芋粥 味噌汁（かぶ・麩） さつま揚げの甘辛煮 素揚げなすのお浸し 牛乳 
I初ギ-	443kcal	450kcal	491kcal	432kcal	420kcal	475kcal	420kcal
昼 	ご飯 味噌汁（白菜・麩） A鶏肉のごま炒め Bツナ入り卵焼き 一口がんもの含め煮 もやしのポン酢和え 漬物	ご飯 中華スープ A麻婆豆腐  Bさわらの梅肉焼き いんげんの煮浸し オニオンコーンサラダ 漬物	ご飯(A) 味噌汁（キャベツ・豆苗） A豚肉の葱塩炒め B鮭そぼろ丼 さつま芋の煮物 チンゲン菜のお浸し パイン缶 	ご飯 味噌汁（じゃが芋・ほうれん草） A鶏肉のごま醤油焼き Bたらフライと ホタテ風味フライ 切り干し大根の炒り煮 素揚げなす生姜和え 漬物	ご飯(B) 味噌汁(B)  Aけんちんうどん Bあじの山椒焼き 肉シュウマイ しろ菜の錦糸和え バナナ 	ご飯 すまし汁(とろろ昆布・三つ葉) A赤魚の照り焼き B豚肉の甘辛ソース がけ じゃが芋とベーコン炒め ほうれん草とチキンの和え物 ザーサイ	ご飯 コンソメスープ Aミートローフ B白身魚のカレー風 味焼き マカロニソテー 野菜のサウザンサラダ 漬物
AI初ギ-	460kcal	537kcal	513kcal	516kcal	538kcal	489kcal	540kcal
BI初ギ-	491kcal	492kcal	419kcal	635kcal	554kcal	542kcal	442kcal
おやつ おやつ I初ギ-	ピーチゼリー・牛乳 110kcal 	酒饅頭・牛乳 139kcal	ゆず風味ムース・牛乳 107kcal	抹茶パンケーキ・牛乳 124kcal	杏仁風ムース・ショア 129kcal	チョコパン・牛乳 172kcal	チョコケーキ・牛乳 140kcal
夕 	ご飯 味噌汁（玉葱・わかめ） 白身魚の揚げ煮 しろ菜のピーナツ和え マンゴー缶 	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーソテー カクテル缶	ご飯 すまし汁（麩・貝割れ） さばの味噌煮 焼き豆腐と白菜煮 昆布佃煮	ご飯 味噌汁（絹さや・揚げ） ぶりの塩麴焼き かぶの含め煮  みかん缶	ご飯 味噌汁（玉葱・かぶの葉） 厚揚げとえびの炒め物 カリフラワーとツナのポン酢和え 漬物	ご飯 ワントンスープ かに玉風甘酢あんかけ 青菜とかまぼこの和え物 黄桃缶	ご飯 味噌汁（冬瓜・豆苗） かれいのおろし煮 きんぴらごぼう 洋梨缶 
I初ギ-	491kcal	504kcal	456kcal	475kcal	424kcal	524kcal	458kcal

※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。