



週間予定献立表



【特養】

	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	ご飯 味噌汁（じゃが芋・大根葉） 厚揚げの葱あんかけ ほうれん草サラダ のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁（冬瓜・かぶの葉） いわし蒲焼き 白菜のお浸し ふりかけ 牛乳	麦ご飯 味噌汁（しめじ・白菜） 甘酢ミートボール 春菊の磯和え たいみそ 牛乳	ご飯 味噌汁（里芋・揚げ） 魚肉ソーセージソテー しろ菜のごま醤油和え ふりかけ 牛乳	バターロール ジャム コンソメスープ オムレツ 人参サラダ 牛乳	梅しらす粥 味噌汁（畑菜・麸） 野菜つみれの含め煮 オクラのなめたけ和え 牛乳	ご飯 味噌汁（さつま芋・貝割れ） 温泉卵 冬瓜のつや煮 牛乳
I群	444kcal	435kcal	445kcal	427kcal	418kcal	399kcal	427kcal
昼	ご飯 味噌汁（豆腐・なめこ） <u>A鶏肉のピザ焼き風</u> <u>B銀ひらすの照り焼き</u> 五目野菜炒め プロッコリーとツナのサラダ 漬物	ご飯(B) コンソメスープ <u>Aポークカレー</u> <u>B白身魚ソテーオニオンソースかけ</u> クリームコロッケ コールスローサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁（さつま芋・貝割れ） <u>Aあじの照り焼き</u> <u>B麻婆なす</u> 炒り豆腐 いんげんピーナツ和え 漬物	ご飯(B) 味噌汁(B) <u>A鶏南蛮そば</u> <u>B豆腐の海鮮野菜あんかけ</u> レンコン炒め なすの華風和え 力クテル缶	ご飯 味噌汁（わかめ・豆苗） <u>Aさばの香味焼き</u> <u>B和風ロールキャベツ煮</u> チングン菜の炒め物 白菜の昆布和え 漬物	ご飯 中華スープ <u>Aハ宝菜</u> <u>Bますのタルタル焼き</u> 大根と揚げの煮物 いんげんのわさび和え 漬物	ご飯 味噌汁（もやし・人参） <u>Aかれいの煮つけ</u> <u>B鶏肉の竜田揚げ</u> 豆腐チャンプル 春菊のお浸し 漬物
AI群	503kcal	709kcal	489kcal	543kcal	465kcal	472kcal	428kcal
BI群	482kcal	600kcal	626kcal	578kcal	390kcal	532kcal	528kcal
おやつ	プリン風味ムース・牛乳	どら焼き・牛乳	いちごムース・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	メロンゼリー・牛乳	スイスロールバニラ・ショア	オレンジゼリー・牛乳
おやつ II群	123kcal	162kcal	107kcal	153kcal	111kcal	187kcal	110kcal
夕	菜飯 味噌汁（絹さや・わかめ） おでん 小松菜バター炒め バナナ	ご飯 中華スープ えび玉あんかけ 青菜のおかか和え 昆布佃煮	ご飯 すまし汁（卵・三つ葉） 豚肉のゆず醤油風味炒め マカロニサラダ 洋梨缶	ご飯 味噌汁（南瓜・葱） たらのマヨ焼き ビーフン炒め 漬物	ご飯 味噌汁（豆腐・三つ葉） 豚肉の生姜焼き さつま芋のレモン煮 黄桃缶	ご飯 すまし汁（はんぺん・貝割れ） 赤魚のみりん焼き なすの味噌炒め りんご缶	ご飯 味噌汁（大根・揚げ） ポークチャップ 白菜と胡瓜の胡麻酢和え パイン缶
II群	464kcal	413kcal	584kcal	486kcal	538kcal	497kcal	504kcal

※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。