



週間予定献立表



【特養】

	12月1日 月	12月2日 火	12月3日 水	12月4日 木	12月5日 金	12月6日 土	12月7日 日
曜日							
朝	御飯 味噌汁（小松菜・えのき） かぶと人参の煮物 白菜のお浸し たいみそ 牛乳	菜粥 味噌汁（さつまいも・豆苗） 厚揚げと里芋の含め煮 オクラのおかか和え 牛乳	御飯 味噌汁（椎茸・畑菜） 魚河岸揚げの含め煮 カリフラワーとツナのサラダ ふりかけ 牛乳	麦ごはん 味噌汁（うまい菜・人参） ピーマンとちくわの炒め煮 とろろ 牛乳	パン コンソメスープ（人参・かぶの葉） メイプルジャム キャベツとベーコンのソテー ポパイサラダ 牛乳	御飯 味噌汁（大根・葱） ミートボール・オニオンソース ブロッコリーとツナの中華和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁（もやし・揚げ） 玉葱とはんぺんの卵とじ キャベツの香味和え 佃煮 牛乳
I礼拝	399kcal	398kcal	477kcal	434kcal	435kcal	490kcal	483kcal
昼	御飯 味噌汁（豆腐・わかめ） <u>Aチキンカツ</u> B白身魚のチーズ焼き 大豆の五目煮 青梗菜のごま醤油和え 漬物	御飯 味噌汁（玉葱・しめじ） <u>Aますの塩麴焼き</u> (御飯) B焼きそば 茄子の煮物 ほうれん草の柚子和え 洋梨缶	御飯 味噌汁（じゃが芋・大根葉） <u>A五目卵焼き・和風</u> あん Bめばるの照り焼き 冬瓜の旨煮 春菊のきのこ和え 漬物	御飯 すまし汁（豆苗・えのき） <u>Aあじの味噌焼き</u> B中華五目豆腐 ひじきの煮物 いんげんとチキンの和風和え 漬物	御飯 味噌汁（葱・卵） <u>Aタンドリーチキン</u> Bたらこのムニエル・バター醤油ソース じゃが芋の煮物 白菜のたくあん和え 漬物	御飯 味噌汁（麩・小松菜） <u>A豚肉のにんにく醬</u> 油炒め Bさばの塩焼き れんこんの煮物 しろ菜のくるみ和え 煮豆	御飯 味噌汁（冬瓜・貝割れ） <u>Aぶりの漬け焼き</u> B若鶏の甘煮 青菜炒め 胡瓜とわかめの酢の物 漬物
AI礼拝	530kcal	499kcal	490kcal	438kcal	454kcal	534kcal	476kcal
BI礼拝	575kcal	545kcal	417kcal	473kcal	476kcal	516kcal	431kcal
おやつ	ソフトクレープ（バニラ）・牛乳	カスタードCake・ショア	抹茶ムース・牛乳	ぶどうゼリー・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	ドームケーキ（チョコ）・牛乳	きなこミルクムース・牛乳
おやつ I礼拝	147kcal	197kcal	108kcal	110kcal	165kcal	167kcal	127kcal
夕	御飯 つみれ汁 さわらの生姜煮 春雨ソテー 黄桃缶	御飯 味噌汁（卵・貝割れ） 照り焼きハンバーグ 大根の梅肉和え 佃煮	御飯 すまし汁（とろろ昆布・三つ葉） あぶらかれいの香味焼き ごぼうの煮物 オレンジ	御飯 味噌汁（里芋・にら） 豚の角煮 もやしとじゃこの炒め物 りんご缶	御飯 味噌汁（玉葱・オクラ） 焼きかれいのきのこあんかけ 畑菜のからし和え マンゴー缶	高菜チャーハン 中華スープ（玉葱・いんげん） 餃子・野菜あんかけ パイン缶	御飯 味噌汁（かぶ・大根葉） 肉豆腐 かぼちゃの甘煮 バナナ
I礼拝	476kcal	478kcal	434kcal	591kcal	417kcal	449kcal	534kcal

※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	12月8日 月	12月9日 火	12月10日 水	12月11日 木	12月12日 金	12月13日 土	12月14日 日
朝	御飯 味噌汁（キャベツ・麴） ほうれん草とウインナーソテー カリフラワーのイタリアンサラダ うめびしお 牛乳	御飯 味噌汁（畑菜・えのき） 冬瓜のそぼろ炒め 納豆 牛乳	御飯 味噌汁（もやし・葱） いわし蒲焼き 大根の柚子風味和え たいみそ 牛乳	御飯 味噌汁（オクラ・わかめ） スクランブルエッグ キャベツのフレンチサラダ ふりかけ 牛乳	麦ごはん 味噌汁（小松菜・舞茸） 鶏つみれの煮物 白菜のゆかり和え 佃煮 牛乳	食パン パンプキンスープ ブルーベリージャム はんぺんのバター焼き ブロッコリーの柚子和え 牛乳	さつまいも粥 味噌汁（麴・かぶ） さつま揚げと玉葱の甘辛煮 茄子のお浸し 牛乳
I初給	443kcal	450kcal	491kcal	432kcal	420kcal	475kcal	420kcal
昼	御飯 味噌汁（白菜・麴） A若鶏の野菜炒め Bツナと野菜の卵焼き がんもの含め煮 もやしのポン酢和え 漬物	御飯 中華スープ（春雨・きくらげ） A麻婆豆腐 Bさわらの梅肉焼き いんげんの煮浸し オニオンサラダ 漬物	味噌汁（キャベツ・豆苗） A豚肉の葱塩炒め（御飯） B鮭丼	御飯 味噌汁（じゃが芋・ほうれん草） A若鶏のごま醤油焼き Bフライ盛り合わせ（白身魚・ほたて風味） 切り干し大根の炒り煮 茄子の生姜和え 漬物	 Aけんちんうどん Bあじの山椒焼き（御飯・味噌汁） 肉シュウマイ しろ菜の錦糸和え バナナ	御飯 すまし汁（とろろ昆布・三つ葉） A赤魚の照り焼き B豚肉のきのこソースかけ ベーコンポテト ほうれん草とチキンの和え物 ザーサイ	御飯 コンソメスープ（人参・マッシュルーム） 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 レタスと胡瓜のサラダ 漬物
AI初給	460kcal	537kcal	513kcal	516kcal	538kcal	489kcal	540kcal
BI初給	491kcal	492kcal	419kcal	635kcal	554kcal	542kcal	442kcal
おやつ	ピーチゼリー・牛乳	酒饅頭・牛乳	ゆずムース・牛乳	和のパンケーキ（抹茶）・牛乳	杏仁ムース・ショア	チョコパン・牛乳	チョコレートケーキ・牛乳
おやつ I初給	110kcal	139kcal	107kcal	124kcal	129kcal	172kcal	140kcal
夕	御飯 味噌汁（玉葱・わかめ） 白身魚の揚げ煮 しろ菜のピーナッツ和え マンゴー缶	御飯 コンソメスープ（かぶ・かぶの葉） 若鶏のクリーム煮 ブロッコリーソテー カクテル缶	御飯 すまし汁（貝割れ・麴） さばの味噌煮 焼き豆腐と白菜の煮物 佃煮	御飯 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	御飯 味噌汁（玉葱・かぶの葉） 厚揚げとエビの野菜炒め カリフラワーのツナ和え 漬物	御飯 ワントンスープ かに玉風 うまい菜の二色和え 黄桃缶	御飯 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初給	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。



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	御飯 味噌汁（じゃが芋・大根葉） 絹厚揚げのねぎあんかけ ほうれん草サラダ 佃煮 牛乳	御飯 味噌汁（冬瓜・かぶの葉） いわしの蒲焼き 白菜のお浸し ふりかけ 牛乳	麦ごはん 味噌汁（しめじ・白菜） ミートボール・甘酢あん 春菊の磯和え たいみそ 牛乳	御飯 味噌汁（里芋・揚げ） 野菜とソーセージのソテー しろ菜のごま醬油和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ（小松菜・大根） いちごジャム オムレツ 人参サラダ 牛乳	うめしらす粥 味噌汁（畑菜・麩） 野菜つみれの含め煮 オクラのなめ茸和え 牛乳	御飯 味噌汁（さつま芋・貝割れ） 冬瓜のつや煮 温泉卵 牛乳
I礼拝	444kcal	435kcal	445kcal	427kcal	418kcal	399kcal	427kcal
昼	御飯 味噌汁（豆腐・なめこ） A若鶏のピザ焼き風 Bめだいの照り焼き 五目野菜炒め ブロッコリーとツナのサラダ 漬物	コンソメスープ（ほうれん草・人参） Aポークカレー B白身魚のソテー・ オニオンソースかけ(御飯) かにクリーミーコロケ コールスローサラダ みかん缶	御飯 味噌汁（さつま芋・貝割れ） Aあじの照り焼き B麻婆茄子 炒り豆腐 いんげんのピーナツ和え 漬物	味噌汁（じゃが芋・ほうれん草） A鶏南蛮そば Bあんかけ豆腐・ 海鮮野菜あん れんこん炒め 茄子の華風和え カクテル缶	御飯 味噌汁（わかめ・豆苗） Aさばの香味焼き Bロールキャベツ の和風煮 青梗菜の炒め物 白菜の昆布和え 漬物	御飯 中華スープ（春雨・かぶの葉） A八宝菜 Bますのタルタル焼 き 大根の煮物 いんげんのわさび和え 漬物	御飯 味噌汁（もやし・人参） Aかれいの煮付け B若鶏の竜田揚げ 豆腐チャンプル 春菊のお浸し 漬物
AI礼拝	503kcal	709kcal	489kcal	543kcal	465kcal	472kcal	428kcal
3I礼拝	482kcal	600kcal	626kcal	578kcal	390kcal	532kcal	528kcal
おやつ	プリンムース・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	上用饅頭・ジョア	☆クリスマス会☆
おやつ I礼拝	123kcal	162kcal	107kcal	153kcal	111kcal	168kcal	
夕	菜飯 味噌汁（絹さや・わかめ） おでん 小松菜のバター炒め バナナ	御飯 中華スープ（玉葱・きくらげ） えび玉・甘酢あん 畑菜のおかか和え 佃煮	御飯 すまし汁（卵・三つ葉） 豚肉のゆず醬油炒め マカロニサラダ 洋梨缶	御飯 味噌汁（南瓜・葱） たらのマヨネーズ焼き 焼きビーフン 漬物	御飯 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	御飯 すまし汁（はんぺん・貝割れ） 赤魚のみりん焼き 茄子の味噌炒め りんご缶	御飯 味噌汁（大根・揚げ） ポークチャップ 白菜と胡瓜のごま酢和え パイ缶
I礼拝	464kcal	413kcal	574kcal	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。



週間予定献立表



【特養】

曜日	12月22日 月	12月23日 火	12月24日 水	12月25日 木	12月26日 金	12月27日 土	12月28日 日
朝	御飯 味噌汁（わかめ・しめじ） はんぺんの煮付け ブロッコリーのゆず和え たいみそ 牛乳	食パン コーンスープ マーガリン ハムとキャベツのソテー ポテトサラダ 牛乳	麦ごはん 味噌汁（畑菜・麴） ちくわとかぶの煮物 とろろ 牛乳	御飯 味噌汁（茄子・豆苗） 厚焼き玉子 青梗菜のお浸し ふりかけ 牛乳	中華粥 味噌汁（玉葱・大根葉） 高野豆腐の含め煮 春菊のおかか和え 牛乳	御飯 味噌汁（青梗菜・麴） 角天と大根の煮物 納豆 牛乳	御飯 味噌汁（かぶ・オクラ） 茄子とツナの炒め物 カリフラワーのサラダ ふりかけ 牛乳
I礼拝	429kcal	510kcal	395kcal	427kcal	388kcal	455kcal	444kcal
昼	御飯 すまし汁（かまぼこ・三つ葉） Aさばの西京焼き B豚肉ソテー・香味 ソースかけ かぼちゃのいとこ煮 茄子の和え物 漬物	御飯 味噌汁（舞茸・豆苗） A赤魚のザーサイ蒸し B豚肉と玉葱の卵とじ ほうれん草のバターソテー いんげんのからし和え 煮豆	☆ クリスマス ☆ バターライス ミネストローネ フライドチキン ミモザサラダ フルーツヨーグルト	すまし汁（三つ葉・舞茸） Aかれいの田楽焼き （御飯） B鶏そぼろ丼 ごぼうの甘辛炒め ほうれん草のしらす和え バナナ	御飯 味噌汁（さつま芋・葱） A豚肉のハニーマ スタード焼き Bますの山椒焼き 刻み昆布の煮物 レタスサラダ 漬物	コンソメスープ（玉葱・畑菜） Aたらのパン粉焼き （御飯） Bスパゲティミート ソース ブロッコリーソテー もやしとツナのサラダ みかん缶	御飯 すまし汁（しめじ・葱） A豆腐ステーキ・肉 味噌かけ B白身魚の南蛮漬け ベーコンポテト 白菜の中華サラダ 佃煮
AI礼拝	588kcal	434kcal	702kcal	507kcal	496kcal	504kcal	571kcal
3I礼拝	616kcal	539kcal		506kcal	449kcal	529kcal	528kcal
おやつ	チョコババロア・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	いちごのケーキ・ショア	ピーチムース・牛乳	カスタードケーキ・牛乳	あんぱん・牛乳	コーヒゼリー・牛乳
おやつ I礼拝	152kcal	122kcal	198kcal	106kcal	179kcal	196kcal	122kcal
夕	御飯 味噌汁（かぶ・大根葉） 肉団子の甘酢煮 しろ菜のナムル マンゴー缶	御飯 味噌汁（絹さや・えのき） 青椒肉絲（牛肉の炒め物） 春雨サラダ 洋梨缶	御飯 味噌汁（白菜・人参） 白身魚の七味焼き 小松菜の煮浸し 漬物	御飯 すまし汁（麴・わかめ） 豚肉の味噌炒め 冬瓜の和風あんかけ 漬物	御飯 味噌汁（小松菜・人参） ほっけの塩焼き キャベツのコンソメ煮 パイン缶	御飯 味噌汁（豆腐・大根葉） 鶏肉と里芋の煮物 卵豆腐～銀あん～ 浅漬け	御飯 味噌汁（冬瓜・貝割れ） さわらの蒸し物・香味ボン酢かけ 五目炒り煮 りんご缶
I礼拝	523kcal	500kcal	406kcal	440kcal	437kcal	449kcal	471kcal

※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。