



# 週間予定献立表



【特養】

	12月29日	12月30日	12月31日	元日 1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	ご飯 味噌汁（なす・豆苗） 一口がんもの含め煮 チンゲン菜のチキン和え のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁（玉葱・麩） ミートボールゆずおろし ブロッコリーの和風ドレ和え ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁（小松菜・揚げ） 納豆 カリフラワーとハムの炒め物 牛乳	ご飯 すまし汁（白菜・しめじ） 里芋とちくわの含め煮 ほうれん草の白和え 梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁（麩・葱） 高野豆腐の煮物 いんげんのごま酢和え たいみそ 牛乳	麦ご飯 味噌汁（舞茸・葱） 厚揚げの煮物 キャベツのツナ和え ふりかけ 牛乳	ほたて風味雑炊 味噌汁（しろ菜・麩） いわし蒲焼き ブロッコリー和え 牛乳
エネルギー	439kcal	418kcal	450kcal	408kcal	423kcal	431kcal	417kcal
昼	ご飯 味噌汁（玉葱・わかめ） <u>A銀ひらすの照り焼き</u> <u>B酢鶏</u> いんげんと木耳炒め もやしとハムのドレ和え 漬物	ご飯 味噌汁（かぶ・かぶの葉） <u>A洋風卵焼きトマトソース</u> <u>Bあじの煮つけ</u> 大根のとろみ煮 オクラのしらす和え 白菜浅漬け	 大晦日 <small>12月 31日</small> 年越しそば 天ぷら (えび・さつま芋・野菜かき揚げ) 春菊のお浸し 黄桃缶	ご飯 すまし汁（小松菜・花麩） お刺身2種盛り 祝い肴 紅白なます りんご缶	かにかまちらし寿司 赤だし（なめこ・三つ葉） 鶏の野菜巻き 菜の花と菊花のお浸し カクテル缶	お赤飯 すまし汁（花麩・貝割れ） ますの照り焼き はんぺんたらこソースのせ添え 胡瓜とわかめの酢の物 祝い肴 みかん缶	ご飯 味噌汁（舞茸・三つ葉） <u>Aさばの照り焼き</u> <u>B豆腐と鶏ひき肉の卵焼き</u> じゃが芋の煮物 もやしお浸し 漬物
エネルギー	451kcal	525kcal	509kcal	468kcal	510kcal	541kcal	472kcal
BIエネルギー	475kcal	429kcal					491kcal
おやつ	もみじ饅頭・牛乳	チーズムース・牛乳	ライチゼリー・牛乳	干支饅頭・甘酒	練り切り(寿)・牛乳	上用饅頭(赤)・牛乳	いちごゼリー・牛乳
おやつ エネルギー	170kcal	110kcal	111kcal	182kcal	126kcal	156kcal	110kcal
夕	ご飯 かき玉汁 味噌カツ 切干大根のサラダ バナナ	ご飯 味噌汁（しめじ・豆苗） 鶏肉のにんにく焼き なすの生姜煮 パイン缶	ご飯 味噌汁（豆腐・にら） ぶりの照り焼き せんまいの煮物 漬物	ご飯 味噌汁（かぶ・わかめ） すき焼き風煮 野菜の煮しめ 漬物	ご飯 けんちん汁 鶏ひき肉の味噌焼き 茶碗蒸し 茶福豆	ご飯 すまし汁（とろろ昆布・豆苗） 豚の角煮 春菊くるみ和え 白菜浅漬け	ご飯 味噌汁（ほうれん草・揚げ） 豚肉のオニオンソースかけ スパゲティフレンチサラダ マンゴー缶
エネルギー	604kcal	456kcal	473kcal	514kcal	529kcal	548kcal	603kcal

※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。