



週間予定献立表



【特養】

	12月29日 月	12月30日 火	12月31日 水	1月1日 木	1月2日 金	1月3日 土	1月4日 日
朝	御飯 味噌汁（茄子・豆苗） がんもの含め煮 青梗菜とチキンのあ和え物 佃煮 牛乳	御飯 味噌汁（玉葱・麴） ミートボール・柚子おろし ブロッコリーの和風サラダ ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁（小松菜・揚げ） カリフラワーとハム炒め物 納豆 牛乳	御飯 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 牛乳	御飯 味噌汁（麴・葱） 高野豆腐の煮物 いんげんの胡麻酢和え たいみそ 牛乳	麦ごはん 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	ほたて雑炊 味噌汁（しろ菜・麴） いわし蒲焼き ブロッコリーの和え物 牛乳 
I礼拝	439kcal	418kcal	450kcal	408kcal	423kcal	431kcal	417kcal
昼	御飯 味噌汁（玉葱・わかめ） A白身魚の照り焼き B酢鶏 いんげんと木耳の炒め物 もやしの和え物 漬物	御飯 味噌汁（かぶ・かぶの葉） A洋風卵焼き・オニ オントマトソース Bあじの煮付け 大根と鶏肉のべっこう煮 オクラのしらす和え 白菜の浅漬け	☆ 年越し ☆ 年越しそば  天ぷら  春菊のお浸し 黄桃缶	☆ お正月 ☆ 御飯 すまし汁（小松菜・花麴） お刺身  祝い盛り合わせ 紅白なます みかん	☆ お正月 ☆ かにちらし寿司 赤だし（なめこ・三つ葉） 鶏の野菜巻き 菜の花のお浸し カクテル缶	☆ お正月 ☆ お赤飯 すまし汁（貝割れ・花麴） 祝肴  胡瓜とわかめの酢の物 伊達巻 みかん	御飯 味噌汁（三つ葉・舞茸） Aさばの照り焼き B彩り擬製豆腐 じゃが芋の煮物 もやしの和風和え 漬物
AI礼拝	451kcal	525kcal	509kcal	455kcal	510kcal	536kcal	472kcal
BI礼拝	475kcal	429kcal					491kcal
おやつ	紅葉饅頭・牛乳	レアチーズムース・牛乳	ライチゼリー・牛乳	干支饅頭・甘酒	ねりきり（壽）・牛乳	上用饅頭（赤）・牛乳	いちごゼリー・牛乳
おやつ I礼拝	170kcal	110kcal	111kcal	182kcal	126kcal	156kcal	110kcal
夕	御飯 かき玉汁（卵・葱） 味噌カツ 千切り大根のサラダ バナナ	御飯 味噌汁（しめじ・豆苗） 若鶏のにんにく焼き 茄子の生姜煮 パイン缶	御飯 味噌汁（豆腐・ニラ） ぶりの照り焼き ぜんまいの煮物 漬物	御飯 味噌汁（かぶ・わかめ） すき焼き さつま芋の煮しめ 漬物	御飯 けんちん汁  松風焼き 茶碗蒸し 煮豆	御飯 すまし汁（豆苗・とろろ昆布） 豚の角煮 春菊のくるみ和え 白菜の即席漬け	御飯 味噌汁（ほうれん草・揚げ） 豚肉のオニオンソースがけ スパゲッティサラダ マンゴー缶
I礼拝	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。