



週間予定献立表



【特養】

	1月5日 月	1月6日 火	1月7日 水	1月8日 木	1月9日 金	1月10日 土	1月11日 日
朝	御飯 味噌汁（さつま芋・豆苗） 小松菜とソーセージの炒め物 オクラの和え物 うめびしお 牛乳	御飯 味噌汁（うまい菜・えのき） ミートボール キャベツの和風和え ふりかけ 牛乳	七草粥 味噌汁（しめじ・わかめ） さわらの塩焼き 青梗菜のおかか和え 牛乳	御飯 味噌汁（里芋・貝割れ） ちくわとしろ菜の煮浸し 納豆 牛乳	御飯 味噌汁（豆腐・葱） オムレツ いんげんのサラダ ふりかけ 牛乳	パン ポタージュスープ ブルーベリージャム 玉葱とベーコンのソテー カリフラワーのピクルス風 牛乳	麦ごはん 味噌汁（えのき・小松菜） 一口がんもの煮物 白菜のなめ茸和え 佃煮 牛乳
I礼拝	404kcal	464kcal	352kcal	449kcal	439kcal	489kcal	411kcal
昼	御飯 味噌汁（キャベツ・葱）  A若鶏の塩麴焼き Bお魚ハンバーグ かぶの水晶煮 畑菜の辛し和え 漬物	御飯 すまし汁（とろろ昆布・三つ葉） Aかれいの煮付け B若鶏の和風ポトフ ごぼうの炒り煮 胡瓜の酢の物 漬物	御飯 味噌汁（豆腐・なめこ） A豚肉と玉葱の中華炒め 赤魚の山椒焼き 刻み昆布の煮物 春菊のお浸し 煮豆	 Aめだいの味噌マヨ焼き（御飯・すまし汁） B肉うどん えびともやしの炒め物 ほうれん草の菊花和え バナナ	コンソメスープ（うまい菜・しめじ） Aポークカレー Bかれいの照り焼き（御飯） コロッケ コールスローサラダ みかん缶	御飯 味噌汁（青梗菜・麴） A白身魚のさらさ焼き B回鍋肉（豚肉・キャベツ味噌炒め） れんこんの炒め物 海藻サラダ 漬物	吉野汁  A親子丼 Bめばるの葱塩焼き（御飯） ちくわとかぶの含め煮 もやしの中華和え 漬物
AI礼拝	456kcal	411kcal	550kcal	548kcal	630kcal	480kcal	535kcal
BI礼拝	460kcal	453kcal	476kcal	475kcal	562kcal	500kcal	404kcal
おやつ	きなこミルクムース・牛乳	バニラババロア・牛乳	あんぱん・牛乳	チョコレート饅頭・牛乳	ぶどうゼリー・牛乳	抹茶ムース・ジョア	おしるこ・牛乳
おやつ I礼拝	114kcal	147kcal	196kcal	139kcal	110kcal	120kcal	186kcal
夕	御飯 味噌汁（卵・大根葉） ますのバター醤油焼き 茄子の炒め物 洋梨缶	御飯 味噌汁（もやし・いんげん） 厚揚げの野菜あん 白菜のフレンチサラダ 黄桃缶	御飯 味噌汁（玉葱・麴） ツナの卵焼き・和風あん 冬瓜の煮物 パイン缶	御飯 味噌汁（オクラ・白菜） 若鶏のゆず醤油ソース ぜんまいの煮物 漬物	御飯 味噌汁（大根葉・かぶ） ぶりのみりん焼き さつま芋の甘煮 浅漬け	御飯 すまし汁（舞茸・かぶの葉） 若鶏の生姜漬け焼き ベーコンポテト りんご缶	えびピラフ コンソメスープ（畑菜・エリンギ） ブロッコリーとコーンのサラダ カクテル缶 
I礼拝	538kcal	509kcal	521kcal	463kcal	513kcal	473kcal	395kcal

※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】

	1月12日 月	1月13日 火	1月14日 水	1月15日 木	1月16日 金	1月17日 土	1月18日 日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁（さつまいも・かぶの葉） 大根とツナの炒め煮 温泉卵 牛乳	食パン コンソメスープ（かぶ・人参） チョコジャム ウイナーソーテ かぼちゃサラダ 牛乳	麦ごはん 味噌汁（茄子・貝割れ） いんげんとチキンの炒め物 とろろ 牛乳	御飯 味噌汁（大根・麩） かにかまの卵とし ほうれん草のわさび和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁（小松菜・えのき） かぶの煮物 白菜のお浸し たいみそ 牛乳	菜粥 味噌汁（さつまいも・豆苗） 厚揚げの含め煮 ブロッコリーのドレ和え 牛乳	御飯 味噌汁（椎茸・畑菜） 魚河岸揚げの含め煮 カリフラワーサラダ ふりかけ 牛乳
I礼拝	476kcal	522kcal	417kcal	453kcal	397kcal	423kcal	486kcal
昼	御飯 すまし汁（かまぼこ・豆苗） Aちゃんちゃん焼き Bとんかつ ピーマン炒め 茄子のお浸し 佃煮	御飯 味噌汁（わかめ・えのき） Aチキンピカタ Bぶり大根 豆腐チャンプルー カリフラワーサラダ 漬物	御飯 味噌汁（葱・かぶの葉） A豚肉の生姜漬け焼き Bすずきの照り焼き 京がんもの含め煮 青菜のナムル 漬物	御飯 すまし汁（はんぺん・三つ葉） Aさばの味噌焼き Bロールキャベツ トマト煮 冬瓜のくず煮 オクラのおかか和え 漬物	御飯 味噌汁（豆腐・わかめ） Aチキンカツ B白身魚のチーズ 焼き 五目大豆煮 青梗菜とツナのごま醤油和え 漬物	御飯 味噌汁（玉葱・しめじ） Aさわらの塩麴焼き （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（里芋・大根葉） A五目卵焼き・和風 あん Bめばるの照り焼き ごぼうの煮物 春菊のきのこ和え 漬物
AI礼拝	533kcal	541kcal	550kcal	499kcal	535kcal	501kcal	501kcal
3I礼拝	595kcal	495kcal	468kcal	423kcal	584kcal	535kcal	428kcal
おやつ	コーヒーゼリー・牛乳	どら焼き・牛乳	ソフトクレープ（バナナ）・牛乳	ヨーグルトムース・牛乳	和のパンケーキ（抹茶）・牛乳	黒糖饅頭・ジョア	マスカットゼリー・牛乳
おやつ I礼拝	122kcal	162kcal	147kcal	117kcal	154kcal	165kcal	122kcal
夕	御飯 味噌汁（ほうれん草・豆腐） 酢鶏 ピーマンとハムのソーテ パイ缶	御飯 味噌汁（麩・小松菜） 赤魚のレモンポン酢焼き 白菜の海苔和え マンゴー缶	御飯 味噌汁（じゃが芋・豆苗） たらちり ブロッコリーのバター炒め バナナ	御飯 味噌汁（しめじ・いんげん） 里芋と鶏肉の煮物 キャベツのサラダ りんご缶	御飯 つみれ汁 あじの煮付け 春雨ソーテ 黄桃缶	御飯 味噌汁（卵・貝割れ） 照り焼きハンバーグ 大根と胡瓜の梅肉和え 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 冬瓜の旨煮 オレンジ
I礼拝	447kcal	401kcal	476kcal	490kcal	454kcal	478kcal	422kcal

※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。