

週間予定献立表

【特養】

	1月26日 月	1月27日 火	1月28日 水	1月29日 木	1月30日 金	1月31日 土	2月1日 日
曜	日	月	火	水	木	金	土
朝	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 りんごジャム 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（麩・かぶ） さつま揚げの甘辛煮 茄子のお浸し 牛乳	御飯 味噌汁（じゃが芋・大根葉） 絹厚揚げの葱あんかけ ほうれん草のサラダ うめびしお 牛乳	御飯 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	御飯 味噌汁（しめじ・白菜） ミートボール いんげんのピーナツ和え たいみそ 牛乳
I初	438kcal	420kcal	482kcal	443kcal	454kcal	434kcal	459kcal
昼	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（白身魚・ほたて風味）盛り合わせ 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さばの山椒焼き（御飯・味噌汁） 肉シュウマイ しろ菜の錦糸和え 洋梨缶	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 ほうれん草の和え物 漬物	御飯 コンソメスープ（マッシュルーム・人参） Aミートローフ B白身魚のピカタ マカロニソテー レタスと胡瓜のサラダ 漬物	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 ブロッコリーサラダ 佃煮	御飯 コンソメスープ（うまい菜・しめじ） Aチキンカレー Bえび玉あんかけ（御飯） メンチカツ 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 春菊の磯和え 漬物
AI初	518kcal	568kcal	485kcal	540kcal	520kcal	674kcal	457kcal
3I初	634kcal	603kcal	538kcal	471kcal	499kcal	593kcal	613kcal
おやつ	和のパンケーキ（抹茶）・牛乳	杏仁ムース・ショア	パイゼリー・牛乳	酒饅頭・牛乳	ようかん（さつま芋）・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	フルーチェ（ぶどう）・牛乳
おやつ	124kcal	130kcal	110kcal	139kcal	148kcal	122kcal	105kcal
I初	483kcal	469kcal	481kcal	464kcal	464kcal	440kcal	573kcal
夕	御飯 味噌汁（絹さや・揚げ） ぶりの塩麴焼き かぶの含め煮 黄桃缶	御飯 ワンタンスープ 厚揚げとえびの野菜炒め カリフラワーのツナ和え 漬物	御飯 味噌汁（白菜・かぶの葉） 親子煮 うまい菜の二色和え カクテル缶	御飯 味噌汁（冬瓜・豆苗） かれいのおろし煮 きんぴらごぼう マンゴー缶	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 味噌汁（ほうれん草・人参） 白身魚のソテー・オニオンソースかけ 畑菜のおかか和え 漬物	御飯 すまし汁（卵・三つ葉） 豚肉のゆず醤油炒め マカロニサラダ りんご缶

※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。