



# 週間予定献立表



【特養】

	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	ご飯 味噌汁（里芋・揚げ） 魚肉ソーセージソテー しろ菜のごま醤油和え ふりかけ 牛乳	バターロール ジャム コンソメスープ オムレツ 人参のフレンチサラダ 牛乳	梅しらす粥 味噌汁（畑菜・麩） 野菜つみれの含め煮 オクラのなめたけ和え 牛乳	ご飯 味噌汁（さつま芋・貝割れ） 温泉卵 冬瓜のつや煮 牛乳	ご飯 味噌汁（わかめ・しめじ） はんぺん煮付け ブロッコリーのゆず和え たいみそ 牛乳	ご飯 味噌汁（白菜・揚げ） じゃが芋とチキン炒め キャベツとハムのサラダ ふりかけ 牛乳	麦ご飯 味噌汁（畑菜・麩） とろろ ちくわとかぶの煮物 牛乳
I初ギ-	430kcal	425kcal	397kcal	427kcal	429kcal	459kcal	402kcal
昼	ご飯(B) 味噌汁(B)  A鶏南蛮そば  B豆腐の海鮮野菜あんかけ レンコン炒め カリフラワーの華風和え マンゴー缶	<b>節分</b>  ちらし寿司 (ネギトロ・えび)  いわしつみれ汁  五目豆 春菊の和え物 フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁（白菜・かぶの葉）  A豚肉のハニーマスタード焼き  Bますのタルタル焼き 大根の煮物 キャベツと笹かまのわさび和え 漬物	ご飯 味噌汁（もやし・絹さや）  Aかれいの煮つけ  B鶏肉の竜田揚げ 豆腐チャンプル うまい菜のお浸し 漬物	ご飯 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 南瓜のいとこ煮 素揚げなすの和え物 漬物	ご飯 味噌汁（舞茸・豆苗）  A赤魚のザーサイ蒸し  B千草焼き和風あん かけ ほうれん草のバターソテー いんげんの辛し和え 金時豆	ご飯 味噌汁（大根・わかめ）  A鶏肉の葱焼き  Bあじフライと イカリングフライ チンゲン菜の炒め物 ブロッコリーマヨサラダ 漬物
AI初ギ-	502kcal	580kcal	484kcal	425kcal	588kcal	435kcal	515kcal
BI初ギ-	535kcal		528kcal	540kcal	615kcal	502kcal	603kcal
おやつ	黒糖饅頭・牛乳	メロンゼリー・牛乳	きなこ黒糖パンケーキ・牛乳	どら焼き・牛乳	青りんごゼリー・牛乳	プリン風味ムース・ジョア	キャラメルケーキ・牛乳
おやつ I初ギ-	153kcal	111kcal	125kcal	162kcal	110kcal	122kcal	165kcal
夕	ご飯 味噌汁（南瓜・葱） たらのマヨ焼き ビーフン炒め 漬物	ご飯 味噌汁（豆腐・三つ葉） 豚肉の生姜焼き さつま芋のレモン煮 昆布佃煮	ご飯 すまし汁（とろろ昆布・豆苗） さわらのみりん焼き なすの味噌炒め バナナ	ご飯 味噌汁（大根・揚げ） ポークチャップ 白菜と胡瓜の胡麻酢和え パイン缶	ご飯 味噌汁（かぶ・大根葉） 肉団子の甘酢煮 しろ菜のナムル りんご缶	ご飯 味噌汁（絹さや・えのき） 牛肉とピーマンの炒め物 春雨サラダ 洋梨缶	ご飯 味噌汁（白菜・人参） 銀ひらすの七味焼き 小松菜の煮浸し 黄桃缶
I初ギ-	508kcal	524kcal	528kcal	504kcal	541kcal	491kcal	442kcal

※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。