



週間予定献立表



【特養】

	3月9日 月	3月10日 火	3月11日 水	3月12日 木	3月13日 金	3月14日 土 	3月15日 日
曜日							
朝	ご飯 味噌汁 (わかめ・葱) つみれと野菜の煮物 ほうれん草と錦糸卵和え ふりかけ 牛乳	菜粥 味噌汁 (もやし・豆苗) おつゆ麩の卵とし 春菊のゆずドレ和え 牛乳 	ご飯 味噌汁 (なす・えのき) 厚揚げの治部煮 チンゲン菜の生姜和え のり佃煮 牛乳	バターロール ジャム コンソメスープ ミートボールオニオンソース キャベツとツナのサラダ 牛乳	麦ご飯 味噌汁 (畑菜・舞茸) とろろ 焼き竹輪とかぶの煮物 牛乳 	ご飯 味噌汁 (わかめ・もやし) 厚焼きたまご 白菜の塩昆布和え ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根・チンゲン菜) じゃが芋とチキンの炒め物 ブロッコリーのわさび和え たいみそ 牛乳
I補給 -	424kcal	414kcal	425kcal	453kcal	405kcal	412kcal	422kcal
昼	ご飯 味噌汁 (舞茸・貝割れ) A銀ひらすの柚庵焼き B肉じゃが  マカロニとチキンソテー 素揚げなすのドレ和え 金時豆	ご飯 味噌汁 (小松菜・揚げ) A煮込みハンバーグ Bますの塩焼き ひじきの五目煮 ポテトサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 (かぶ・わかめ) Aさばのみりん焼き Bチキンカツ  里芋の含め煮 いんげんのピーナツ和え うぐいす豆	ご飯 味噌汁 (しめじ・三つ葉) Aかにかま入り卵焼き和風あんかけ B豚肉の黒ごま焼き 冬瓜の煮物 菜の花のお浸し 昆布佃煮	ご飯(A) 味噌汁 (白菜・麩) Aさわらのカレー風味焼き B焼きうどん ふきの炒め煮 オクラのつゆ和え バナナ 	ご飯(B) 味噌汁 (かぶ・大根葉) A中華旨煮丼 B白身魚の照り焼き レンコン炒め カリフラワーの醤油マヨ和え パイン缶	ご飯 味噌汁 (玉葱・貝割れ) Aたらのタルタル焼き B麻婆豆腐  素揚げなすの醤油炒め キャベツのおかか和え 漬物
AI補給 -	545kcal	613kcal	533kcal	453kcal	493kcal	550kcal	559kcal
BI補給 -	643kcal	518kcal	578kcal	495kcal	437kcal	486kcal	574kcal
おやつ	抹茶パンケーキ・ショア	ピーチゼリー・牛乳	味噌饅頭・牛乳	いちごゼリー・牛乳	カスタードケーキ・牛乳	チョコパン・牛乳	プリン風味ムース・牛乳
おやつ I補給 -	136kcal	110kcal	124kcal	110kcal 	185kcal	166kcal	123kcal
夕	ご飯 味噌汁 (豆腐・チンゲン菜) ハムカツ うどと胡瓜の梅肉和え りんご缶	ご飯 味噌汁 (玉葱・かぶの葉) メバルの照り焼き 大根と豚バラ炒め マンゴー缶 	ご飯 味噌汁 (ほうれん草・麩) 豚肉ともやし炒め 白菜のお浸し カクテル缶	ご飯 すまし汁 (はんぺん・貝割れ) 赤魚の煮つけ 素揚げなすの味噌炒め 洋梨缶	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のケチャップ焼き あさりと小松菜の炒め物 漬物	ご飯 味噌汁 (しろ菜・なめこ) 手作りあじフライ 冷奴 漬物 	ご飯 味噌汁 (卵・かぶの葉) 鶏肉のゆずソース スパゲティフレンチサラダ オレンジ 
I補給 -	524kcal	457kcal	443kcal	479kcal	417kcal	490kcal	472kcal

※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。