



# 週間予定献立表



【特養】

	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	さつま芋粥 味噌汁 (小松菜・えのき) 高野豆腐の煮物 うまい菜のお浸し 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根・わかめ) お魚豆腐揚げ生姜醤油 しろ菜の磯和え ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 (畑菜・麩) 納豆 野菜とハムの炒め物 牛乳	ご飯 味噌汁 (玉葱・貝割れ) 里芋の煮物 白菜の辛し和え たいみそ 牛乳	ご飯 味噌汁 (卵・オクラ) 一口がんもの煮物 春菊のくるみ和え のり佃煮 牛乳	麦ご飯 味噌汁 (なす・麩) 豆腐のひき肉包み揚げの煮物 ブロッコリーのマヨ和え ふりかけ 牛乳	食パン ジャム ポタージュスープ ウインナーと冬瓜のコンソメ煮 コールスローサラダ 牛乳
I補給 -	434kcal	470kcal	446kcal	408kcal	430kcal	513kcal	457kcal
昼	ご飯 味噌汁 (椎茸・オクラ)  A豚肉の生姜焼き  Bあじの粕漬け焼き  大根の土佐煮 もやしと笹かまのポン酢和え 漬物	ご飯 味噌汁 (キャベツ・揚げ)  Aさわらの煮つけ  B豚肉豆腐  ごぼうの甘辛炒め チンゲン菜のごま醤油和え 漬物	ご飯(B) コンソメスープ  Aキーマカレー  B赤魚の山椒焼き  カニクリームコロッケ 人参サラダ マンゴー缶	ご飯 味噌汁 (かぶ・いんげん)  Aさばの七味焼き  B鶏肉のマヨ焼き  切り干し大根の炒め煮 カリフラワーサウザンサラダ 漬物	たけのこご飯 味噌汁 (舞茸・ほうれん草)  A鶏ひき肉入り中華 風卵焼き  Bかれいの煮つけ  さつま芋の甘辛煮 胡瓜と笹かまの酢の物 りんご缶	ご飯(B) 味噌汁(B)  A豚野菜塩ラーメン  Bほっけの塩焼き  えびシュウマイ しろ菜のナムル フルーツヨーグルト	ご飯 すまし汁 (とろろ昆布・三つ葉)  A白身魚の味噌焼き  Bチキントマト煮  なすとピーマンの炒め物 ほうれん草の和え物 昆布佃煮
AI補給 -	483kcal	489kcal	622kcal	522kcal	561kcal	512kcal	438kcal
BI補給 -	414kcal	528kcal	542kcal	543kcal	490kcal	514kcal	500kcal
おやつ	コーヒーゼリー・牛乳	いちごムース・ショア	クリームパン・牛乳	ぶどうムース・牛乳	水ようかん・牛乳	青りんごゼリー・牛乳	抹茶ムース・牛乳
おやつ I補給 -	122kcal	102kcal	164kcal	107kcal	120kcal	110kcal	121kcal
夕	ご飯 すまし汁 (麩・豆苗) あぶらかれいの大葉味噌焼き キャベツとチーズのサラダ 黄桃缶	ご飯 味噌汁 (豆腐・葱) 鶏肉の梅肉焼き 白菜とツナの炒め物 バナナ	ご飯 味噌汁 (じゃが芋・豆苗) 白身魚の焼き浸し きざみ昆布の炒り煮 漬物	ご飯 味噌汁 (しめじ・三つ葉) 豚肉のバター醤油炒め 菜の花の和え物 みかん缶	ご飯 すまし汁 (かまぼこ・貝割れ) ぶり大根 春雨ソテー 漬物	ご飯 味噌汁 (白菜・葱) メバルの照り焼き じゃが芋の炒め煮 漬物	ご飯 味噌汁 (大根・揚げ) 豚肉の塩麩焼き 若竹煮 洋梨缶
I補給 -	497kcal	505kcal	427kcal	474kcal	477kcal	431kcal	511kcal

※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。