



ケアハウス週間予定献立表



【配布用】

	4月27日 月	4月28日 火	 4月29日 水	4月30日 木	5月1日 金	5月2日 土	 5月3日 日 <small>憲法記念日</small>
朝	ご飯 味噌汁 (なす・キャベツ) おろし納豆 もやしの卵とし 漬物 牛乳 マカロニサラダ	ご飯 味噌汁 (ほうれん草・葱) がんもの煮物 胡瓜とかまぼこの和え物 漬物 牛乳 小松菜と揚げの煮浸し	食パン・バターロール ジャム コーンスープ  ツナ入りスクランブルエッグ フレンチサラダ 牛乳	ご飯 味噌汁 (もやし・にら) 焼き竹輪と野菜の煮物 アスパラのピーナツ和え 漬物 牛乳 五目煮豆	ご飯 味噌汁 (しめじ・揚げ) あじの塩焼き 小松菜のお浸し ふりかけ 牛乳 切干大根煮	ほたて風味粥 味噌汁 (なめこ・麩) 豚肉と野菜の炒め煮 白菜のドレッシング和え 梅干し 牛乳 厚焼卵	ご飯  味噌汁 (玉葱・揚げ) さつま揚げと野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し ふりかけ 牛乳 キャベツとベーコンのソテー
I補給 -/塩分	574kcal/2.8g	476kcal/2.8g	626kcal/4.1g	463kcal/3.4g	475kcal/2.9g	446kcal/4.4g	443kcal/2.8g
昼	ご飯 味噌汁 (じゃが芋・えのき) Aソイの煮つけ B鶏肉のチリソース 小松菜のコーンソテー 白菜のお浸し	ご飯(B) コンソメスープ Aチキンカレー Bかれのオーロラ ソース焼き レンコンのおかか炒め トマトマリネ	ご飯 味噌汁 (さつま芋・葱) Aぶりの照り焼き Bポークチャップ レバーのしぐれ煮 大根と三つ葉のゆかり和え	ご飯 すまし汁 (舞茸・葉大根) Aホキのチーズパン 粉焼き B牛肉のオイスター ソース炒め 高野豆腐の炒め煮 ブロッコリーのごま和え	ご飯(A) すまし汁 (椎茸・貝割れ) A親子煮  Bキャベツとしらす の和風スパゲティ かにかまとカリフラワーのサラダ 牛乳かんブルーベリーソース	ご飯 味噌汁 (キャベツ・葉大根) A白身魚の南蛮漬け B蒸し鶏の葱ソース ほうれん草のソテー たらもサラダ	ご飯 すまし汁 (とろろ昆布・三つ葉) Aたらの煮つけ B照り焼きハンバー グ ごぼうと白滝の炒め物 白桃缶
AI補給 -/塩分	407kcal/2.9g	589kcal/4.7g	545kcal/1.9g	462kcal/2.6g	471kcal/2.6g	538kcal/2.6g	408kcal/3.0g
BI補給 -/塩分	588kcal/2.9g	478kcal/3.5g	531kcal/1.8g	568kcal/2.5g	345kcal/2.0g	526kcal/2.6g	544kcal/3.2g
おやつ	りんごパイ・牛乳	バウムクーヘン・牛乳	黒糖ケーキ・牛乳	ドームケーキカスタード・牛乳	マンゴープリン・牛乳	ようかんロールケーキ・牛乳	味噌あん饅頭・牛乳
おやつ I補給 -	173kcal 	158kcal 	137kcal	184kcal	164kcal 	155kcal	145kcal
夕	ご飯 すまし汁 (春菊・玉葱) 豚肉のごま焼き ひじきの煮物 オレンジ うぐいす豆	ご飯 味噌汁 (かぶ・三つ葉) たらのきのこあんかけ チンゲン菜のきなこ和え 黄桃缶 卵サラダ	ご飯 すまし汁 (とろろ昆布・貝割れ) 生揚げと野菜の炒め物 胡瓜のおかかドレ和え りんご缶 うの花	ご飯 味噌汁 (白菜・玉葱) 豚肉となすの炒め物 ほうれん草バターソテー バナナ なます	ご飯 味噌汁 (里芋・葱) マーボー春雨 チンゲン菜の煮浸し ビーンズサラダ 漬物	ご飯 すまし汁 (かまぼこ・わかめ) 豚肉の塩麴焼き 大根とツナのゆず和え カクテル缶 金時豆	ご飯 味噌汁 (白菜・椎茸) 揚げだし豆腐あんかけ レバニラ炒め レタスのすりごまドレ和え ライチゼリー
I補給 -/塩分	586kcal/2.3g	440kcal/2.4g	527kcal/2.9g	581kcal/3.3g	516kcal/3.7g	564kcal/3.0g	572kcal/3.7g

※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。