



週間予定献立表



【特養】

	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日	7月19日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁 (もやし・水菜) 車麩と大根の煮物 納豆 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 (えのき・ニラ) 目玉焼き モロヘイヤの和え物 ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ (青梗菜・セロリ) りんごジャム 鶏ひき肉のケチャップ炒め煮 パンプキンサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 (しめじ・小松菜) だし巻き卵 白菜のおかか和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 (ほうれん草・葱) 肉団子と玉葱の煮物 かにかまと大根のサラダ ふりかけ  牛乳	さつまいも雑炊 味噌汁 (白菜・大根葉) 厚揚げの豚そぼろ煮 青梗菜の胡麻和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 (茄子・葱) ウインナーとキャベツのソテー もやしの辛子和え 漬物 牛乳
I礼ギ-	440kcal	396kcal	477kcal	431kcal	468kcal	445kcal	433kcal
昼	御飯 味噌汁 (玉葱・大根葉) Aあじのみりん焼き Bタンドリーチキン (鶏のカレー焼き) ほうれん草の和え物 玉子豆腐	御飯 豚汁  A豆腐の挽肉包み蒸し Bホキの山椒焼き ゴーヤとれんこんの金平 海藻サラダ	 A豆腐とそら豆の中 華炒め (御飯・中 華スープ) B冷やし中華・ごま だれ (わかめ御飯) えびと玉葱のサラダ 杏仁フルーツ	御飯 味噌汁 (オクラ・貝割れ) A豚肉の味噌漬焼き Bたらの胡麻醤油焼 き カリフラワーと玉葱のソテー 揚げ茄子の磯和え	味噌汁 (白菜・人参) Aソースかつ丼 Bかに玉 (御飯) 大根のゆかり和え みかん缶	御飯 コンソメスープ (セロリ・マッシュルーム) A鶏むね肉の唐揚げ Bスパニッシュオム レツ 大根の煮物 フロッコリーのドレ和え	御飯 味噌汁 (じゃが芋・貝割れ) A鶏肉の南部焼き Bたらのピカタ ひじきサラダ りんご缶
A礼ギ-	410kcal	516kcal	495kcal	563kcal	455kcal	589kcal	529kcal
B礼ギ-	469kcal	396kcal	613kcal	447kcal	444kcal	497kcal	428kcal
おやつ	いちご饅頭・牛乳	ソフトクレープ(バナナ)・牛乳	アイスクリーム・牛乳	人形焼き・牛乳	紅茶ケーキ・牛乳	★抹茶プリン・牛乳	スイスロール・牛乳
おやつ I礼ギ-	161kcal	154kcal	165kcal	190kcal	136kcal	151kcal	163kcal
夕	御飯 中華スープ (冬瓜・葱) 八宝菜 肉シュウマイ 黄桃缶	御飯 すまし汁 (なると・豆苗) ぶりの塩焼き キャベツとしめじの炒め物 パイ缶	御飯 味噌汁 (麩・豆苗) 豚肉の和風炒め じゃが芋と玉葱の甘辛炒め オクラのマヨ和え	御飯 すまし汁 (はんぺん・葱) 鶏肉の治部煮 高野豆腐の含め煮 黄桃缶	御飯 すまし汁 (とろろ昆布・三つ葉) 白身魚の夏野菜あんかけ ごぼうの鶏そぼろ炒め 冷奴	御飯 味噌汁 (小松菜・水菜) ホキの梅肉ソースかけ いんげんとちくわの和え物 バナナ	御飯 すまし汁 (麩・青梗菜) 豚キムチ炒め カリフラワーのやわらか煮 小松菜の和え物
I礼ギ-	596kcal	501kcal	593kcal	525kcal	474kcal	446kcal	518kcal

*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。