週間予定献立表

【特養】

	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日 立冬	11月8日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	ご飯 味噌汁（大根・玉葱） 魚肉ソーセージのポテト炒め ブロッコリーの和え物 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁（キャベツ・椎茸） 肉団子のスープ煮 いんげんのピーナツ和え ごま高菜 牛乳	食パン ジャム オニオンスープ ほうれん草オムレツ カリフラワーのサラダ 牛乳	ご飯 味噌汁（麸・葱） 鶏の吉野煮 ほうれん草のドレ和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁（わかめ・しめじ） えびとブロッコリーの炒め物 白菜の和え物 ふりかけ 牛乳	かにかま雑炊 味噌汁（もやし・舞茸） ツナと野菜の炒め煮 チンゲン菜のごま和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁（さつま芋・揚げ） 中華風炒り卵 きのこ野菜和え 漬物 牛乳
Eネルギー	486kcal	470kcal	495kcal	502kcal	410kcal	393kcal	534kcal
昼	ご飯 中華スープ A麻婆豆腐  Bさわらのゆず味噌焼き 茄子の含め煮 玉葱とわかめの中華風サラダ	ひじき入り炊き込みご飯 赤だし 天ぷら (海老・きす・さつま芋・れんこん・ピーマン) 茶碗蒸し  小松菜の和え物 りんご缶	ご飯 味噌汁（白菜・じゃが芋） Aピーマン肉詰めフライとレンコンはさみ揚げ B白身魚のホイル焼き風 ひじきの炒め煮 コールスローサラダ	ゆかりご飯(A) 味噌汁（A） A豚肉の韓国風炒め B醤油ラーメン（ゆかりご飯付） 水菜と大根の和え物 白桃缶	五目ご飯 コンソメスープ A鶏肉と野菜の黒酢あんかけ B白身魚の蒲焼き 小松菜のソテー 卵と豆のサラダ	ご飯 すまし汁(卵・三つ葉) Aぶりの甘辛煮 B牛肉の韓国風焼肉 いんげんの高菜炒め トマトマリネ	ご飯 すまし汁(はんぺん・水菜) A鶏肉の味噌炒め B白身魚のチリソース がんもの煮物 茄子の生姜醤油和え
Aエネルギー	614kcal	604kcal	502kcal	519kcal	595kcal	544kcal	621kcal
Bエネルギー	544kcal		492kcal	476kcal	461kcal	540kcal	612kcal
おやつ	バナナクレープ・牛乳	ねりきり・牛乳	青りんごゼリー・牛乳	紅茶ケーキ・牛乳	マロンババロア・牛乳	バウムクーヘン・牛乳	黒ごま饅頭・牛乳
おやつエネルギー	154kcal	145kcal	137kcal	136kcal	146kcal	181kcal 	148kcal
夕	ご飯 味噌汁（冬瓜・揚げ） たらの梅ソースかけ ごぼうサラダ 黄桃缶	ご飯 すまし汁（えのき・わかめ） 生揚げと野菜のオイスターソース炒め さつま芋甘煮 イタリアンサラダ	ご飯 味噌汁（南瓜・豆苗） 豚肉ときのこの煮物 白滝の明太子炒め みかん缶	ご飯 味噌汁（なめこ・葉大根） あじの煮付け 南瓜の煮物 チンゲン菜のおかか和え	ご飯 中華スープ 豆腐ステーキあんかけ 春雨サラダ パイン缶 	ご飯 味噌汁（麸・貝割） 鶏肉と根菜の煮物 煮豆 オレンジ 	ご飯 中華スープ チンジャオロース風 キムチ和え カクテル缶
Eネルギー	457kcal	602kcal	528kcal	420kcal	486kcal	565kcal	522kcal

※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。