

入所献立表(11/30～12/6)

現 場：老人保健施設ゆめが丘  
献立種類：常食1600（個別献立）  
期 間：2025/11/30～2025/12/6

	日 30	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
朝食	御飯 味噌汁 つくねの煮物 ブロッコリーのお浸し のりの佃煮 牛乳	御飯 コンソメスープ ポパイエッグ オクラのなめ茸和え 漬物（しばづけ） 牛乳	御飯 味噌汁 玉子とじ 春菊の辛子和え 漬物（桜大根） 牛乳	御飯 味噌汁 野菜のソテー 大根サラダ（カニカマ） ゆずみそ ヤクルト	御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 もやしのたらこ和え ふりかけ（おかか） 牛乳	御飯 味噌汁 オムレツ 大根のたらこ和え ふりかけ（たまご） 牛乳	バターロール（朝） コンソメスープ ハムソテー グリーンサラダ 飲むヨーグルト
昼食	御飯 清まし汁 カレイの味噌マヨネーズ焼き きのこサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 回鍋肉 もやし中華和え フルーツ	御飯 コンソメスープ 鶏肉のママレード焼き キャベツサラダ フルーツ	キーマカレー コールスローサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 ポテトサラダ フルーツ	バターロール コンソメスープ 煮込みハンバーグ かぼちゃサラダ フルーツ	御飯 清まし汁 鶏肉のオイスターソース炒め 大根とザーサイの和え物 フルーツ
夕食	御飯 味噌汁 チャプチェ じゃがいもの煮物 豆腐とオクラの梅肉和え	御飯 中華スープ サバの味噌煮 冬瓜のそぼろあんかけ とろろ芋	御飯 清まし汁 ホキの粕漬け焼き さつまいものバター醤油炒め 小松菜の和えもの	御飯 にゅうめん サワラのねぎソース 大根の煮物 白菜ときゅうりの即席漬け	御飯 味噌汁 アジの塩こうじ漬け焼き かぼちゃのいとし煮 アスパラのサラダ	御飯 味噌汁 サケのバター醤油焼き チリコンカン 小松菜のナムル	御飯 清まし汁 カレイの煮付け にら炒め カリフラワーのマリネ
10時	りんごジュース	ミルクティー（1000ml）	アップルティー（温）	フルーツミックスジュース	いちごオレ	カフェオレ	ミルクティー（1000ml）
3時	ドームケーキ 緑茶	吹雪しっとりまんじゅう ほうじ茶	蒸しケーキ ほうじ茶	ロールケーキ 麦茶	まんじゅう ほうじ茶	どら焼き ほうじ茶	まんじゅう ほうじ茶
	エネルギー 1541kcal 蛋白質 54.6g 脂質 33.1g 炭水化物 237.7g 食塩 9g	エネルギー 1684kcal 蛋白質 55.6g 脂質 50.5g 炭水化物 241.1g 食塩 7.1g	エネルギー 1417kcal 蛋白質 52.5g 脂質 30.9g 炭水化物 220.2g 食塩 6.5g	エネルギー 1509kcal 蛋白質 44g 脂質 36.5g 炭水化物 239.7g 食塩 7.4g	エネルギー 1696kcal 蛋白質 56.9g 脂質 34.3g 炭水化物 275.3g 食塩 12.7g	エネルギー 1784kcal 蛋白質 60.2g 脂質 59.4g 炭水化物 238.3g 食塩 10.6g	エネルギー 1398kcal 蛋白質 48.7g 脂質 31.3g 炭水化物 218.3g 食塩 8.1g

★仕入れの状況により、献立内容が変更になる場合があります。