

入所献立表(12/7～12/13)

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：2025/12/7～2025/12/13

	日 7	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13
朝食	御飯 味噌汁 サバの塩焼き 春菊のおひたし 梅びしお 牛乳	御飯 味噌汁 つくねの煮物 菜の花のからし和え 漬物（しばづけ） 飲むヨーグルト	御飯 コンソメスープ 目玉焼き オクラのドレッシング和え 梅びしお 飲むヨーグルト	バターロール（朝） コンソメスープ ポパイエッグ アスパラとツナのサラダ ヤクルト	御飯 味噌汁 野菜のソテー カリフラワーのサラダ ふりかけ（たまご） 牛乳	御飯 味噌汁 ほっけの塩焼き（朝） 春菊のピーナツ和え 漬物（桜大根） 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ（おかか） 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 ポテトサラダ 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 ホキのたらこマヨネーズ焼き ほうれん草のお浸し フルーツ	赤飯 味噌汁 回鍋肉 インゲンのたらこ和え フルーツ	御飯 清まし汁 サワラのねぎソース 春菊の白和え フルーツ	肉そば チンゲン菜の中華風和え フルーツ	御飯 清まし汁 アジの塩こうじ漬け焼き キャベツサラダ フルーツ
夕食	御飯 味噌汁 メルルーサの揚げ煮 大根のかにあんかけ カリフラワーの和え物	御飯 にゅうめん サワラのねぎソース 大根のそぼろ煮 白菜ときゅうりの即席漬け	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 かぼちゃのいとこ煮 長芋の和え物	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	御飯 中華スープ かに玉 アスパラの炒め物 鶏のさっぱりサラダ	御飯 清まし汁 サケのちゃんちゃん焼き 白菜の信田煮 ブロッコリーのおかか和え	御飯 もずくスープ チキン南蛮 さつまいもレモン煮 五色和え
10時	いちごオレ	カフェオレ	ぶどうジュース	いちごオレ	ミルクティー（1000ml）	レモンティー（温）	アップルジュース
3時	黒糖饅頭 ほうじ茶	今川焼 ほうじ茶	カステラ ほうじ茶	原宿ドッグ 緑茶	バームクーヘン 緑茶	まんじゅう ほうじ茶	抹茶ワッフル 緑茶
	エネルギー 1659kcal 蛋白質 55.5g 脂質 39.5g 炭水化物 257.3g 食塩 8.6g	エネルギー 1562kcal 蛋白質 50.2g 脂質 33g 炭水化物 229.6g 食塩 7.7g	エネルギー 1531kcal 蛋白質 50.3g 脂質 30g 炭水化物 249.2g 食塩 7.6g	エネルギー 1507kcal 蛋白質 55.1g 脂質 36.4g 炭水化物 225.9g 食塩 7.7g	エネルギー 1647kcal 蛋白質 60g 脂質 49.5g 炭水化物 229.1g 食塩 8.2g	エネルギー 1529kcal 蛋白質 59.8g 脂質 42.8g 炭水化物 211.1g 食塩 7.7g	エネルギー 1580kcal 蛋白質 52.2g 脂質 32.4g 炭水化物 257.1g 食塩 13.9g

★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。