

入所献立表(1/25～1/31)

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：2026/1/25～2026/1/31

	日 25	月 26	火 27	水 28	木 29	金 30	土 31
朝食	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	御飯 味噌汁 炒り卵（かにかま） 白菜の胡麻酢和え 漬物（しばづけ） 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 和風サラダ 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	御飯 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	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き もやしの中華和え フルーツ
夕食	御飯 味噌汁 サワラの柚庵焼き 里芋の煮物 もやしのナムル	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 味噌汁 タラの甘酢かけ 大根のそぼろ煮 小松菜のゆず和え	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	御飯 すまし汁 メルルーサの香り蒸し 里芋の味噌バター煮 和風チキンサラダ
10時	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	カルピス
3時	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	もみじ饅頭（あんこ） 緑茶
	エネルギー 1484kcal 蛋白質 51.5g 脂質 23.1g 炭水化物 231.3g 食塩 7.6g	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 1508kcal 蛋白質 54.3g 脂質 37.5g 炭水化物 225.5g 食塩 7.5g	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 1528kcal 蛋白質 59.7g 脂質 42.8g 炭水化物 211g 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	エネルギー 1527kcal 蛋白質 58.7g 脂質 33.4g 炭水化物 235.8g 食塩 7.1g

★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。