

入所献立表(2/15～2/21)

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：2026/2/15～2026/2/21

	日 15	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21
朝食	御飯 味噌汁 サバ塩焼き（朝） ブロッコリーのわさびマヨ 漬物（あおかっぱ） 牛乳	御飯 味噌汁 目玉焼き キャベツおかか和え 漬物（千切り沢庵） ヤクルト	御飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 いんげんのツナ和え 漬物（しばづけ） 牛乳	御飯 味噌汁 アジの塩焼き 菜の花のからし和え ふりかけ（おかか） 牛乳	御飯 味噌汁 炒り卵（かにかま） 白菜の磯部和え 漬物（桜大根） 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 カリフラワーのサラダ 漬物（あおかっぱ） 牛乳	御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 もやしのたらこ和え のり佃煮 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 アジの蒲焼き風 小松菜の胡麻和え フルーツ	御飯 味噌汁 カレイの煮付け 切り干し大根のサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 チキン南蛮 二杯酢 フルーツ	御飯 もずくスープ 豚肉の西京漬け焼き 大根のともあえ フルーツ	御飯 味噌汁 回鍋肉 もやしの中華和え フルーツ	御飯 コンソメスープ サケのきのこソース きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 スイートサラダ フルーツ
夕食	御飯 味噌汁 鶏の中華ネギだれ きんぴらごぼう もずく三杯酢	御飯 清まし汁 豚肉の味噌炒め もやしと茄子の炒めもの ほうれん草の中華和え	御飯 味噌汁 タラの香り蒸し 白菜の信田煮 青菜の和え物	御飯 味噌汁 ホキの甘酢かけ アスパラの炒め物 小松菜のゆず和え	御飯 味噌汁 サワラのねぎソース さつまいもレモン煮 鶏のさっぱりサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 白菜の煮びたし 春菊とシラスの和え物	御飯 味噌汁 アジの塩こうじ漬け焼き かぼちゃのいとこ煮 アスパラのサラダ
10時	りんごジュース	ぶどうジュース	ココア	レモンティー（温）	カルピス	ミルクティー	いちごオレ
3時	もみじまんじゅう 麦茶	きみしぐれ 麦茶	おかき（きな粉） 緑茶	原宿ドッグ チョコバナナ 麦茶	今川焼 緑茶	カステラ 麦茶	ようかん 麦茶
	エネルギー 1481kcal 蛋白質 53.4g 脂質 29.4g 炭水化物 236.4g 食塩 6.1g	エネルギー 1493kcal 蛋白質 48.9g 脂質 34.9g 炭水化物 230.3g 食塩 7.6g	エネルギー 1675kcal 蛋白質 58.7g 脂質 38.2g 炭水化物 257.5g 食塩 9.9g	エネルギー 1519kcal 蛋白質 54.4g 脂質 42.3g 炭水化物 216g 食塩 9.4g	エネルギー 1665kcal 蛋白質 58.5g 脂質 38.2g 炭水化物 259.9g 食塩 7g	エネルギー 1442kcal 蛋白質 52.9g 脂質 26.4g 炭水化物 234.9g 食塩 7.5g	エネルギー 1740kcal 蛋白質 57.8g 脂質 29.3g 炭水化物 295.1g 食塩 12.6g

★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。