



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年01月29日(日) ~ 2023年02月04日(土)

	1月29日(日)	1月30日(月)	1月31日(火)	2月1日(水)	2月2日(木)	2月3日(金)	2月4日(土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○肉団子と白菜のコンソメ煮 ○* マーマレードジャム ○ミルクスープ (南瓜・カト) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○加ワラーのそぼろ煮 ○たくあん ○味噌汁(キャベツ/にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○三色いなり煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(豆腐・小松菜) 	<ul style="list-style-type: none"> ○梅粥 ○ﾌﾟﾛｯｸﾘｰと竹輪のﾗｰ ○しば漬け ○味噌汁(もやし・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○魚肉ソーゼージと野菜ﾗｰ ○たくあん ○味噌汁(白菜・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○目玉焼き ○赤かっぱ ○味噌汁(わかめ・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○スクランブルエッグ ○* マーマレードジャム ○コンソメスープ (ﾓﾓｲﾁ・ｷ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ポークチャップ ○菜の花の胡麻和え ○バナナ ○コンソメスープ (ｼﾗｼ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏と大豆の味噌煮 ○春雨サラダ ○パイナップル ○すまし汁(とろろ昆布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚のフライ ○里芋サラダ ○フルーツヨーグルト ○コンソメスープ (ﾓﾓｲﾁ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヤンニョムチキン ○空豆と玉子のサラダ ○ストロベリームース ○味噌汁(じゃが・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉と茸のカレー炒め ○小松菜の煮びたし ○ジャムヨーグルト(ﾌﾙｰﾍﾞﾘｰ) ○味噌汁(はんぺん/貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○けんちんそば ○納豆のきなこ和え ○みかん缶 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○広島名物 美酒鍋 ○茸と隠元のとろろ和え ○フルーツヨーグルト ○味噌汁(さつま・貝割)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○マスカットゼリー ○アップルティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ソフトドーナツ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒糖まんじゅう ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ソフトクレープ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○カルシウムせん ○ココア 	<ul style="list-style-type: none"> ○和菓子 ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ドームケーキ (ﾌｻ) ○玄米茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の梅だれ焼き ○じゃが芋と椎茸のﾗｰ ○つぼ漬け ○味噌汁(小松菜・麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の竜田焼き ○切干大根煮 ○しば漬け ○味噌汁(舞茸・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉と野菜の醤油炒め ○茄子と茸のﾓﾝｽﾞ和え ○納豆 ○味噌汁(白玉麩・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○たらの柚子塩焼き ○蓮根と車麩の煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(菜の花・さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレーの五目あんかけ ○さつま芋のミルク茶巾 ○しば漬け ○味噌汁(キャベツ/玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の塩麩焼き ○ポテトサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(茄子・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ぶりの照り焼き ○キャベツの酢味噌和え ○たくあん ○すまし汁(素麺・花麩)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1745 kcal [タンパク質] 66.8 g [脂質] 55.1 g [炭水化物] 242.7 g [塩分] 6.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1592 kcal [タンパク質] 68.6 g [脂質] 37.0 g [炭水化物] 239.3 g [塩分] 7.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1709 kcal [タンパク質] 64.3 g [脂質] 44.8 g [炭水化物] 249.8 g [塩分] 6.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1560 kcal [タンパク質] 67.4 g [脂質] 30.9 g [炭水化物] 220.5 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1671 kcal [タンパク質] 66.6 g [脂質] 30.8 g [炭水化物] 279.4 g [塩分] 7.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1626 kcal [タンパク質] 68.4 g [脂質] 54.2 g [炭水化物] 215.4 g [塩分] 8.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1572 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂質] 48.5 g [炭水化物] 225.6 g [塩分] 6.6 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週間予定献立表 (常食)

期間： 2023年02月05日 (日) ~ 2023年02月11日 (土)

	2月5日 (日)	2月6日 (月)	2月7日 (火)	2月8日 (水)	2月9日 (木)	2月10日 (金)	2月11日 (土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根と豚肉の炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁 (かぶ・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○冬瓜のかにかま煮 ○しば漬 ○味噌汁 (南瓜・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○キャベツの卵炒め ○つぼ漬 ○味噌汁 (茄子・揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ローパンとぶどうパン ○チリコンカン ○*りんごジャム ○コンソメスープ (トマト/コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○チキンボールのコンソメ煮 ○青かっぱ ○味噌汁 (小松菜・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○アスパラと卵のソテー ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ (コーン/絹竹) 	<ul style="list-style-type: none"> ○粥 ○鶏五目豆 ○桜大根 ○味噌汁 (玉葱・にら)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○海老カツ・コロケ ○卵の花 ○オレンジムース ○味噌汁 (わかめ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○カレーうどん ○胡瓜と竹輪のたけのこ和え ○ジャムヨーグルト (いちご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鯖の梅だれ焼き ○マカロニサラダ ○バナナ ○すまし汁 (豆腐・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○握り寿司 ○茶碗蒸し ○黄桃缶 ○すまし汁 (花麩・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の幽庵焼き ○里芋と車麩の煮物 ○ジャムヨーグルト (りんご) ○味噌汁 (玉葱・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉じゃが ○ピーナッツ和え ○メロンムース ○味噌汁 (わかめ・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびクリームシチュー ○菜の花のサラダ ○パイナップル ○コンソメスープ (白菜・シジ
食	<ul style="list-style-type: none"> ○せんべい 雪の宿 ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールケーキ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○プチシュークリーム ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○チーズ蒸しケーキ ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○プリン ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ハッピーターン ○アップルティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○○ 選択おやつ ○○ ○麦茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鰹のトマト煮 ○大豆と椎茸のバター醤油 ○桜大根 ○味噌汁 (もやし・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○白菜と若布の酢の物 ○たくあん ○味噌汁 (木綿豆腐・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○たらの西京焼き ○ジャーマンポテト ○赤かっぱ ○すまし汁 (素麺・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ホッケの磯焼き ○揚げ茄子の青じそ和え ○つぼ漬 ○味噌汁 (じゃが芋/若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏のバター醤油焼き ○ブロッコリーのサラダ ○たくあん ○すまし汁 (豆腐/三つ葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○きのこのマリネ ○赤かっぱ ○味噌汁 (小松菜・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○切干大根煮 ○しば漬 ○味噌汁 (南瓜・隠元)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1689 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 51.9 g [炭水化物] 230.5 g [塩分] 7.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1573 kcal [タンパク質] 57.7 g [脂質] 47.8 g [炭水化物] 220.8 g [塩分] 7.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1584 kcal [タンパク質] 58.3 g [脂質] 46.8 g [炭水化物] 235.7 g [塩分] 7.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1590 kcal [タンパク質] 73.4 g [脂質] 39.2 g [炭水化物] 234.2 g [塩分] 8.1 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1617 kcal [タンパク質] 72.3 g [脂質] 39.9 g [炭水化物] 235.8 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 56.4 g [脂質] 46.7 g [炭水化物] 235.4 g [塩分] 7.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 77.7 g [脂質] 39.5 g [炭水化物] 238.6 g [塩分] 6.9 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。

週間予定献立表 (常食)

期間： 2023年02月12日(日) ~ 2023年02月18日(土)

	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○スクランブルエッグ ○*イチゴジャム ○ミルクスープ(カルシウム・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉ともやしの塩炒め ○つぼ漬け ○味噌汁(玉葱・しめじ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁(さつま・ミツバ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○がんと煮 ○桜大根 ○味噌汁(小松菜・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*りんごジャム ○コンソメスープ(パセリ・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○里芋と薩摩揚げの煮物 ○たくあん ○味噌汁(もやし・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○車麩とふきの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜・油揚げ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉とピーマンの炒め物 ○焼き餃子 ○ピーチムース ○中華スープ(春雨/かぼ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鮭のマスタード焼き ○キャベツの青じそサラダ ○黄桃缶 ○コンソメスープ(トマト/コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ハヤシライス ○春雨サラダ ○ヨーグルト(りんご) ○コンソメスープ(若布・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○中華丼 ○ポテトサラダ ○ぶどうムース ○味噌汁(舞茸・かぶ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○夕のムエル レモンソース ○ブロッコリーとキャベツのサラダ ○バナナ ○コンソメスープ(小松菜/人参) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○麻婆茄子 ○菜の花のサラダ ○フルーツヨーグルト ○中華スープ(青梗菜/椎茸) 	<ul style="list-style-type: none"> ○塩ラーメン ○肉しゅうまい ○レアチーズムース
食	<ul style="list-style-type: none"> ○どら焼き ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○クリームコンフェ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○お楽しみおやつ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ソフトサラダせんべい ○レモネード 	<ul style="list-style-type: none"> ○マラーカオ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒棒名門 ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○マリービスケット ○ココア
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の味噌煮 ○胡瓜とわかめの酢の物 ○青かつぱ ○すまし汁(豆腐・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の甘酢あん ○里芋のごま煮 ○納豆 ○味噌汁(玉葱・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鯖のごまだれ焼き ○山芋おくら ○しば漬け ○味噌汁(キャベツ・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉の時雨煮 ○ツナひじきサラダ ○たくあん ○味噌汁(南瓜・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○さつま芋と油揚げの煮物 ○しば漬け ○すまし汁(花麩・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびと豆腐チャンプル ○白菜と胡瓜の酢の物 ○赤かつぱ ○味噌汁(若布・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ハンバーグ ケチャップソース ○カリフラワーとベーコンカレー ○ふりかけ ○すまし汁(白麩・さや)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1736 kcal [タンパク質] 63.2 g [脂質] 62.8 g [炭水化物] 240.7 g [塩分] 6.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1675 kcal [タンパク質] 72.4 g [脂質] 42.4 g [炭水化物] 238.5 g [塩分] 7.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 57.1 g [脂質] 37.3 g [炭水化物] 244.4 g [塩分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1678 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂質] 54.9 g [炭水化物] 249.5 g [塩分] 7.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1574 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂質] 40.5 g [炭水化物] 242.7 g [塩分] 6.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1570 kcal [タンパク質] 57.0 g [脂質] 42.4 g [炭水化物] 234.6 g [塩分] 6.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1695 kcal [タンパク質] 58.6 g [脂質] 33.8 g [炭水化物] 268.7 g [塩分] 8.0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年02月19日(日) ~ 2023年02月25日(土)

	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)	2月24日(金)	2月25日(土)
朝	○ご飯 ○豆腐と野菜の卵とじ ○青かっぱ ○味噌汁(玉葱・隠元)	○ご飯 ○高野と椎茸の煮物 ○のりの佃煮 ○味噌汁(キャベツ/にら)	○ロールパンとぶどうパン ○プレーンオムレツ ○*マーマレードジャム ○ミルクスープ(ジャガ・エキ)	○ご飯 ○三色稲荷と野菜の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(モロ・玉葱)	○食パン ○ポークビーンズ ○*イチゴジャム ○コンソメスープ(菜花)	○ご飯 ○茄子と鶏肉の中華煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(玉葱・若布)	○ご飯 ○肉団子とじゃが芋煮 ○青かっぱ ○味噌汁(小松菜えのき)
食	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼	○ご飯 ○エビカ&ホタテクリームコロッケ ○切干大根のマスタードサラダ ○黄桃缶 ○コンソメスープ(若布・貝割)	○ご飯 ○豚肉とピーマンの塩炒め ○白菜とかぶのクリーム煮 ○パイナップル ○味噌汁(豆腐・青葱)	○ご飯 ○ハッシュドビーフ ○菜の花のサラダ ○ジャムゴルト(いちご) ○コンソメスープ(若布・コン)	○ご飯 ○白身魚ムニエル オロソース ○キャベツのドレッシング和え ○メロンムース ○味噌汁(大根・油揚げ)	○大分 吉野とりめし ○カレイのゆず胡椒唐揚げ ○大分名物 あいませ ○すまし汁(素麺・三葉) ○ジャムゴルト(りんご)	○キーマカレー ○エビカのごまドレ和え ○バナナ ○コンソメスープ(椎茸・コン)	○麦飯 ○鯖の塩焼き ○オクラのトロ和え ヌス風味 ○ピーチムース ○広島名物 呉汁
食	○ドームケーキ(カスタード) ○レモンティー	○コーヒゼリー ○玄米茶	○チョコ蒸しケーキ ○麦茶	○エクレア ○玄米茶	○酒まんじゅう ○麦茶	○ぼたぼた焼き ○アップルティー	○ロールケーキ ○玄米茶
夕	○ご飯 ○白身魚の大蒜味噌焼き ○ひじきの煮物 ○青かっぱ ○すまし汁(エビカ)	○ご飯 ○鮭の粕漬け焼き ○金平れんこん ○ふりかけ ○味噌汁(茄子・しめじ)	○ご飯 ○ホッケの塩麹焼き ○茄子のおろしポン酢 ○たくあん ○味噌汁(南瓜・網さや)	○ご飯 ○豚肉の大葉味噌炒め ○春雨のマヨサラダ ○桜大根 ○すまし汁(豆腐・貝割)	○ご飯 ○シューマイ盛り合わせ ○モヤと納豆のナムル ○たくあん ○のっぺ汁	○ご飯 ○鯖の竜田焼き ○さつま芋のいとこ煮 ○しば漬け ○味噌汁(花麩・長葱)	○ご飯 ○鶏のマヨソース ○カブのゆかり和え ○たくあん ○味噌汁(もやし・にら)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	[エネルギー] 1746 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂質] 54.9 g [炭水化物] 238.7 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 66.5 g [脂質] 48.7 g [炭水化物] 216.3 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1746 kcal [タンパク質] 65.6 g [脂質] 56.8 g [炭水化物] 244.8 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1702 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂質] 47.5 g [炭水化物] 225.1 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1712 kcal [タンパク質] 64.7 g [脂質] 38.2 g [炭水化物] 246.4 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1689 kcal [タンパク質] 58.8 g [脂質] 45.9 g [炭水化物] 253.5 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1628 kcal [タンパク質] 65.5 g [脂質] 48.9 g [炭水化物] 230.0 g [塩分] 7.0 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。