

揭示用献立表

入居者（Aメニュー）

日付	2025年05月05日(月)	2025年05月06日(火)	2025年05月07日(水)	2025年05月08日(木)	2025年05月09日(金)	2025年05月10日(土)	2025年05月11日(日)
朝食	米飯 白菜のおかか煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ 	米飯 野菜炒め 味噌汁 ヤクルト たいみそ	米飯 ほうれん草のバター炒め 味噌汁 ヤクルト ふりかけ 	米飯 白菜の和え物 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 しろなの煮浸し 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 カリフラワーのサラダ 味噌汁 ヤクルト のり佃煮	米飯 ひじき煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ 
昼食	子供の日■ オムライス サラダ コンソメスープ デザートムース	そぼろ丼 炊き合わせ すまし汁 果物 	米飯 鯖の竜田焼き 切干大根煮 味噌汁 果物	米飯 豚肉トマトソース いんげんのピーナツ和え コンソメスープ 果物 	米飯 筑前煮 キャベツツナサラダ すまし汁 フルーツヨーグルト	米飯 牛肉のオイスターソース炒め 白菜のごま和え 味噌汁 果物	米飯 ビーフシチュー マカロニサラダ ヨーグルト
おやつ	よもぎまんじゅう	バニラババロア	チョコマーブルケーキ	黒糖まんじゅう	プチシュー	ワッフル	青りんごゼリー
夕食	米飯 鮭のムニエル 付) 牛肉大根煮 さつま芋サラダ すまし汁	米飯 ささみカツ 付) 厚揚げと茄子の炒め煮 スパゲッティサラダ 中華スープ	米飯 肉豆腐 れんこんきんぴら キャベツの昆布和え すまし汁	米飯 鱈の中華揚げ漬け 付) 焼き餃子 ほうれん草のナムル 春雨スープ	米飯 和風たまご焼き 茄子の煮物 もやしのマヨ和え 味噌汁	米飯 鯖の味噌煮 高野豆腐含め煮 ブロッコリーのおかか和え すまし汁 	米飯 田楽 (田楽味噌) ビーフソテー ほうれん草の生姜和え すまし汁
一日合計	エネルギー 1449 kcal 蛋白質 47.2 g 脂質 24.1 g 炭水化物 252.8 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1519 kcal 蛋白質 48.8 g 脂質 29.6 g 炭水化物 254.4 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1510 kcal 蛋白質 54.8 g 脂質 30.2 g 炭水化物 245.5 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1481 kcal 蛋白質 45.5 g 脂質 27.7 g 炭水化物 252.9 g 食塩 6.7 g	エネルギー 1486 kcal 蛋白質 53.5 g 脂質 35.2 g 炭水化物 230.3 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1402 kcal 蛋白質 54.5 g 脂質 26.8 g 炭水化物 227.8 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1536 kcal 蛋白質 52.5 g 脂質 28.2 g 炭水化物 259.8 g 食塩 7.3 g