

掲示用献立表

入居者（Aメニュー）

日付	2025年05月12日(月)	2025年05月13日(火)	2025年05月14日(水)	2025年05月15日(木)	2025年05月16日(金)	2025年05月17日(土)	2025年05月18日(日)
朝食	米飯 白菜のスープ煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 ほうれん草の煮びたし 味噌汁 ヤクルト たいみそ	米飯 カリフラワーのソテー 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 じゃが芋の炒め煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ 	米飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 白菜の煮浸し 味噌汁 ヤクルト のり佃煮 	米飯 ブロッコリー和え 味噌汁 ヤクルト ふりかけ
昼食	米飯 あじフライ 付) さつま芋サラダ かき玉スープ デザートムース 	防災食メニュー ■ 米飯 メパルの甘辛たれがらめ 付) おでん 味噌汁	わかめごはん 肉うどん 白菜のしらす和え バナナ	米飯 肉団子酢豚風 アスパラと玉ねぎの彩りサラダ 中華スープ 果物	米飯 鶏肉のマスタード焼き 付) ちくわの五目きんぴら 味噌汁 果物	米飯 赤魚の唐揚げ甘酢あんかけ 大根とがんもの煮付け すまし汁 フルーツヨーグルト	桜えびとえんどう豆のおこわ 天ぷら盛り合わせ (てんつゆ) 鯛の塩焼き 炊き合わせ 大根の梅風味和え すまし汁
おやつ	カステラ	さつまいもおはぎ	プチケーキ	クレープ	白まんじゅう	こしあんドームケーキ	どら焼き
夕食	米飯 鶏の照り焼き 付) 山菜の煮浸し わかめ酢の物 味噌汁	米飯 鶏の焼き南蛮漬け 炊き合わせ 茄子の生姜和え すまし汁	米飯 豆腐のさつま揚げ 付) 切干大根の煮物 もやしサラダ和え すまし汁	米飯 具沢山卵焼き 茄子の味噌炒め煮 キャベツサラダ 味噌汁	米飯 八宝菜 焼売 いんげんのサラダ 豆腐のスープ	米飯 豚肉と厚揚げのオイスター炒め 里芋のえびあんかけ 春雨の酢の物 味噌汁 	米飯 和風おろしハンバーグ 付) かぼちゃの煮物 ほうれん草のゆず和え かき玉汁
一日合計	エネルギー 1528 kcal 蛋白質 46.5 g 脂質 32.0 g 炭水化物 254.0 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1497 kcal 蛋白質 48.4 g 脂質 20.8 g 炭水化物 270.0 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1485 kcal 蛋白質 48.7 g 脂質 28.9 g 炭水化物 251.8 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1537 kcal 蛋白質 50.8 g 脂質 33.8 g 炭水化物 247.4 g 食塩 9.8 g	エネルギー 1544 kcal 蛋白質 54.8 g 脂質 36.9 g 炭水化物 237.6 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1547 kcal 蛋白質 48.2 g 脂質 27.6 g 炭水化物 266.8 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1643 kcal 蛋白質 51.8 g 脂質 33.1 g 炭水化物 275.2 g 食塩 8.5 g