

掲示用献立表

入居者（A メニュー）

日付	2025年10月27日(月)	2025年10月28日(火)	2025年10月29日(水)	2025年10月30日(木)	2025年10月31日(金)	2025年11月01日(土)	2025年11月02日(日)
朝食	米飯 白菜の炒め煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 いんげんソテー 味噌汁 ヤクルト 梅びしお	米飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 じゃが芋の煮物 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 キャベツしらす和え 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 いんげんの炒め煮 味噌汁 ヤクルト 梅びしお	米飯 ジャーマンポテト 味噌汁 ヤクルト ふりかけ
昼食	米飯 牛肉オイスターソース炒め ポテトサラダ 中華スープ 果物	米飯 鶏唐揚げ甘酢あんかけ カリフラワーのビーンズサラダ 味噌汁 果物	米飯 さわらの磯辺焼き しろなの炒め煮 味噌汁 フルーツヨーグルト	米飯 豚肉のマスタード焼き 付) 南瓜コロッケ クリームスープ 果物	わかめごはん けんちんうどん ちくわきんぴら バナナ	米飯 鶏肉のピカタ 付) もやしのポン酢和え コンソメスープ 果物	にぎり寿司 醤油 菜の花の和え物 すまし汁 果物
おやつ	白あんようかん	マーブルケーキ	あんドーナツ	ドームケーキ	かぼちゃの蒸しパン	チーズヨーグルトムース	カステラ
夕食	米飯 太刀魚の塩焼き 付け合わせ 茄子田楽 ひじきサラダ すまし汁	米飯 鰯のムニエル 付) さつまいも甘煮 マカロニサラダ 中華スープ	米飯 牛しぐれ煮 大根の山椒炒め ほうれん草のおかか和え すまし汁	米飯 鰯の香り漬焼き (魚トッピング) 卵豆腐 茄子の生姜和え 味噌汁	米飯 オムレツ (ソース) ビーフンソテー 大根サラダ コンソメスープ	米飯 豚肉のピリ辛炒め 大根うすぐず煮 マカロニサラダ 味噌汁	米飯 えび玉 焼売 白菜ゆかり和え わかめスープ
一日合計	エネルギー 1517 kcal 蛋白質 45.5 g 炭水化物 240.4 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1565 kcal 蛋白質 49.0 g 炭水化物 257.5 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1505 kcal 蛋白質 58.6 g 炭水化物 237.7 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1522 kcal 蛋白質 52.0 g 炭水化物 240.6 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1553 kcal 蛋白質 52.2 g 炭水化物 269.0 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1453 kcal 蛋白質 51.7 g 炭水化物 244.2 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1515 kcal 蛋白質 53.8 g 炭水化物 253.1 g 食塩 8.4 g

メリウス大和郡山