

掲示用献立表

入居者（A メニュー）

日付	2025年11月24日(月)	2025年11月25日(火)	2025年11月26日(水)	2025年11月27日(木)	2025年11月28日(金)	2025年11月29日(土)	2025年11月30日(日)		
朝食	米飯 キャベツのソテー ^{味噌汁} ヤクルト ふりかけ	米飯 ひじき煮 味噌汁 ヤクルト 梅びしお	米飯 さつま芋サラダ 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 カリフラワーのコンソメ煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 キャベツのソテー ^{味噌汁} ヤクルト ふりかけ	米飯 ブロッコリーサラダ 味噌汁 ヤクルト のり佃煮	米飯 いんげんソテー ^{味噌汁} ヤクルト ふりかけ		
昼食	とろっとオムライス かぼちゃコロッケ コーンスープ デザートムース		米飯 豚肉のねぎ塩ダレかけ ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 フルーツヨーグルト	米飯 鶏肉の甘酢炒め 白菜のしらす和え 中華スープ 果物	米飯 肉団子酢豚風 春雨サラダ 中華スープ 果物	米飯 豚のみぞれ漬焼き付) 高野豆腐の卵とじ すまし汁 果物	カレーライス キャベツソナサラダ フルーツヨーグルト 福神漬		米飯 鰯の変わり衣天ぷら 白菜和え物 根菜みそ汁 果物
おやつ	チョコマーブルケーキ	さつまいもおはぎ	クレープ	芋ようかん	チーズケーキ	ワッフル	チーズケーキ		
夕食	米飯 和風ハンバーグ付) がんもと大根の煮物 白菜のポン酢和え 味噌汁	米飯 肉じゃが 卵豆腐 ほうれん草のおかか和え 味噌汁	米飯 大豆入り鶏つくね甘辛煮 里芋と厚揚げの炒め煮 いんげんごま味噌和え かき玉汁		米飯 かに玉野菜あん じゃが芋ピリ辛炒め 大根サラダ すまし汁	米飯 えびカツ&コロッケ付) 湯豆腐あんかけ 白菜の梅和え 中華スープ	米飯 赤魚のみぞれ煮 きんぴらごぼう マカロニサラダ すまし汁	米飯 豆腐のピリ辛炒め つみれとしろなの煮物 カリフラワーのごまサラダ かき玉汁	
一日合計	エネルギー 1615 kcal 蛋白質 45.6 g 炭水化物 257.7 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1525 kcal 蛋白質 55.4 g 炭水化物 244.3 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1524 kcal 蛋白質 51.9 g 炭水化物 246.4 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1523 kcal 蛋白質 45.6 g 炭水化物 263.4 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1599 kcal 蛋白質 46.6 g 炭水化物 256.8 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1584 kcal 蛋白質 51.0 g 炭水化物 257.3 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1550 kcal 蛋白質 53.7 g 炭水化物 235.3 g 食塩 7.7 g		

メリウス大和郡山