

掲示用献立表

入居者（A メニュー）

日付	2025年12月29日(月)	2025年12月30日(火)	2025年12月31日(水)	2026年01月01日(木)	2026年01月02日(金)	2026年01月03日(土)	2026年01月04日(日)
朝食	米飯 大根の旨煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 さつまいもサラダ 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 カリフラワーソテー 味噌汁 ヤクルト たいみそ	米飯 雑煮風 祝い膳 ヤクルト	米飯 白菜の炒め煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 大根の炒め煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 カリフラワーのソテー 味噌汁 ヤクルト のり佃煮
昼食	米飯 鶏肉のピカタ付) 白菜サラダ すまし汁 果物	米飯 豆腐のピリ辛炒め キャベツの酢の物 味噌汁 果物	菜飯 年越しそば かき揚げ ほうれん草のゆず和え ヨーグルト	赤飯 鯛の照り焼き えびの艶煮 炊き合わせ 牛肉二色巻 柿なます 茶碗蒸し	散らし寿司 煮物 菜の花のお浸し すまし汁 果物	米飯 てんぷら (てんつゆ) お造り 醤油 大根のうすく煮 白菜の和え物	炊き込みごはん 年明けうどん ちくわの高菜炒め デザートムース
おやつ	ゼリー	おかき	ドームケーキ	ぜんざい	練切(鯛の幸)	栗ようかん	どら焼き
夕食	米飯 おでん なすのおかか煮 いんげんの胡麻和え すまし汁	米飯 八宝菜 三色焼壳 プロッコリーのささみサラダ 中華スープ	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 すき焼き風 金平 春菊の和え物 すまし汁	米飯 松風焼き 付) 煮物 ほうれん草の土佐和え すまし汁	米飯 サケの幽庵焼き 付) 炊き合わせ 春菊の菊花和え すまし汁	米飯 豚肉のトマトソースかけ キャベツソテー マカロニサラダ コンソメスープ
一日合計	エネルギー 1471 kcal 蛋白質 50.6 g 炭水化物 245.4 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1535 kcal 蛋白質 52.1 g 炭水化物 245.2 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1559 kcal 蛋白質 51.1 g 炭水化物 265.8 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1811 kcal 蛋白質 72.8 g 炭水化物 299.5 g 食塩 10.0 g	エネルギー 1468 kcal 蛋白質 55.6 g 炭水化物 245.9 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1428 kcal 蛋白質 52.0 g 炭水化物 248.4 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1526 kcal 蛋白質 43.3 g 炭水化物 262.6 g 食塩 9.8 g

メリウス大和郡山