









掲示用献立表

入居者（Aメニュー）

| 日付 | 2026年05月04日(月) | 2026年05月05日(火) | 2026年05月06日(水) | 2026年05月07日(木) | 2026年05月08日(金) | 2026年05月09日(土) | 2026年05月10日(日) |
|------|--|---|--|--|--|---|---|
| 朝食 | 米飯 大根の炒め煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ | 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 |
| 昼食 | 梅わかめご飯 ちゃんぽん 焼売 杏仁豆腐  | 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 | そばろ井 炊き合わせ すまし汁 果物  | 米飯 鱈の竜田焼き 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  |
| おやつ | チーズヨーグルトムース | よもぎまんじゅう | バニラババロア | チョコマールケーキ | 黒糖まんじゅう | プチシュー | ワッフル |
| 夕食 | 米飯 牛肉の味噌炒め 和風スパゲティ オクラのポン酢和え すまし汁 | 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 鶏の照り焼き 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 だいこんきんぴら 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  |
| 一日合計 | エネルギー 1462 kcal 蛋白質 55.1 g 炭水化物 241.8 g 食塩 7.6 g | エネルギー 1449 kcal 蛋白質 47.2 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 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 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 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 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 炭水化物 227.8 g 食塩 7.7 g |