

揭示用献立表

入居者（Aメニュー）

日付	2026年05月25日(月)	2026年05月26日(火)	2026年05月27日(水)	2026年05月28日(木)	2026年05月29日(金)	2026年05月30日(土)	2026年05月31日(日)
朝食	米飯 じゃが芋のスープ煮 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 ふりかけ	米飯 大根の和風サラダ 味噌汁 ヤクルト たいみそ	米飯 キャベツのゆかり和え 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 さつまいもサラダ 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 のり佃煮
昼食	米飯 チキン南蛮 もやしのしそ和え 味噌汁 果物	菜飯ごはん 焼きそば コロッケ デザートムース 	米飯 鯖の竜田焼き 菜の花のゆず和え すまし汁 果物	米飯 牛肉ソテーおろしポン酢 里芋そぼろあん 味噌汁 果物 	米飯 鶏つくね焼き 付) 白菜のドレッシング和え すまし汁 果物	米飯 豚肉のチーズピカタ ほうれん草の和え物 コンソメスープ ヨーグルト	米飯 鱈のムニエル ポテトサラダ ミネストローネ 果物 
おやつ	ケーキ	ドーナツ	ドームケーキ	水ようかん	きなこケーキ	プリン	おかき
夕食	米飯 豆腐のピリ辛炒め 大根のうすくず煮 茄子のおかか和え すまし汁	米飯 鰯の煮付け 白菜の煮浸し いんげんのささみ和え 味噌汁	米飯 かに玉 エビカツ もやしのサラダ 春雨スープ 	米飯 メバルの香り漬焼き (魚トッピング) 和風スパゲッティ 茄子の生姜和え かき玉汁	米飯 えびと卵のチリソース 大根のひき肉あんかけ ナムル 中華スープ 	米飯 鶏肉の揚げ煮 ちくわの金平 キャベツと胡瓜の酢の物 すまし汁	米飯 鯖の味噌漬け焼き 厚揚げと里芋の炒め煮 大根のポン酢和え すまし汁
一日合計	エネルギー 1362 kcal 蛋白質 47.0 g 炭水化物 232.0 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1488 kcal 蛋白質 49.1 g 炭水化物 249.7 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1492 kcal 蛋白質 52.5 g 炭水化物 232.2 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1491 kcal 蛋白質 55.3 g 炭水化物 256.2 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1511 kcal 蛋白質 51.3 g 炭水化物 250.1 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1631 kcal 蛋白質 54.0 g 炭水化物 250.2 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1469 kcal 蛋白質 49.5 g 炭水化物 238.6 g 食塩 7.7 g