

揭示用献立表

入居者（Aメニュー）

| 日付 | 2026年06月01日(月) | 2026年06月02日(火) | 2026年06月03日(水) | 2026年06月04日(木) | 2026年06月05日(金) | 2026年06月06日(土) | 2026年06月07日(日) |
|------|--|---|---|--|---|---|---|
| 朝食 | 米飯 カリフラワーのサラダ 味噌汁 ヤクルト ふりかけ | 米飯 ひじき煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ | 米飯 ジャーマンポテト 味噌汁 ヤクルト たいみそ | 米飯 カリフラワーのサラダ 味噌汁 ヤクルト ふりかけ  | 米飯 白菜の炒め煮 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 野菜炒め 味噌汁 ヤクルト のり佃煮 |
| 昼食 | 赤飯 てんぷら盛り合わせ 鱧の湯引き 炊き合わせ 白菜の酢の物 茶碗蒸し 果物  | 米飯 豚肉のトマトソースかけ 切干大根とベーコンの炒め煮 たまごスープ デザートムース | 米飯 豚の生姜焼き 白菜の煮浸し すまし汁 果物  | 米飯 デミグラスハンバーグ キャベツのツナサラダ コンソメスープ 果物 | 米飯 エビフライ 冷奴 すまし汁 ヨーグルト  | 米飯 卵炒めの野菜あん 茄子の生姜和え 味噌汁 果物 | 米飯 さわらのねぎポン酢焼き 筑前煮 味噌汁 果物 |
| おやつ | 紅白まんじゅう | ドームケーキ | チョコババロア | カステラ | 抹茶まんじゅう | いちごゼリー | プチシュー |
| 夕食 | 米飯 鶏肉の焼き浸し 五目煮豆 ほうれん草のおかか和え 味噌汁 | 米飯 牛肉のしぐれ煮 南瓜の煮物 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁  | 米飯 鮭のタルタル焼き 焼きビーフン さつまいものサラダ コンソメスープ | 米飯 和風たまご焼き 肉団子の甘酢あんかけ すまし汁 煮豆 | 米飯 焼き肉風 さつまいもレモン煮 海藻サラダ 中華スープ | 米飯 太刀魚の梅肉焼き 付) 和風ビーフン キャベツの昆布和え すまし汁 | 米飯 鶏団子と野菜の味噌田楽 (田楽味噌) ブロッコリーのツナ炒め 菜の花の辛子和え すまし汁  |
| 一日合計 | エネルギー 1642 kcal 蛋白質 63.3 g 炭水化物 275.8 g 食塩 8.7 g | エネルギー 1554 kcal 蛋白質 54.4 g 炭水化物 249.9 g 食塩 8.2 g | エネルギー 1650 kcal 蛋白質 51.3 g 炭水化物 257.6 g 食塩 6.5 g | エネルギー 1578 kcal 蛋白質 55.4 g 炭水化物 248.5 g 食塩 6.6 g | エネルギー 1436 kcal 蛋白質 42.3 g 炭水化物 251.8 g 食塩 7.0 g | エネルギー 1599 kcal 蛋白質 53.7 g 炭水化物 255.9 g 食塩 8.5 g | エネルギー 1533 kcal 蛋白質 61.0 g 炭水化物 243.4 g 食塩 8.6 g |