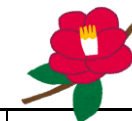


献立表

現 場：大阪城ケアホーム

献立種類：常食（個別献立 / A / B）

期 間：2023/12/4～2023/12/10



	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8	土 9	日 10
朝食	黒糖ロールパン 洋ナシ缶 牛乳	抹茶ツイスト パイ 牛乳	クリームエスカルゴ バナナ 牛乳	レス'ンド'ック' 白桃缶 牛乳	マルロ-ル30g×2 オレンジ 牛乳	黒糖みるく バナナ 牛乳	ワッサンデ'ニッシュ りんご缶 牛乳
昼食	米飯 お好み焼き もやしと胡瓜のキムチ和え 青りんごゼリー 味噌汁 ふりかけ	米飯 ブリの甘辛ネギ焼き 煮奴 野菜サラダ 信州みその味噌汁 ふりかけ	おにぎり（ゴマ塩） カレーうどん 竹輪の紅生姜揚げ 三度豆のピーナツ和え	米飯 えびミックスフライ 大根とコンニャクの煮物 かにかま入りマカロニサラダ コンソメスープ ふりかけ	米飯 肉団子の酢豚風 ごぼうのオイスターソース炒め 白菜とハムのごまサ'ラダ' 中華スープ ふりかけ	ちりめん高菜炒飯 いんげんとフランクのサ'テ' 菜の花のからし和え 味噌汁	米飯 チーズハンバーグ 白菜のお浸し ビーフン炒め 洋風かきたまスープ ふりかけ
夕食	米飯 鰯の照り焼き 蓮根の炒め物 ほうれん草とハムの胡麻ドレあえ 赤かつば漬	米飯 チキンチャップ風 ア'スパ'ラ'とハムの和風サラダ 里芋の煮物 青かつば漬	米飯 鰯の梅焼 か'ら'り'と'か'にか'ま'の'サ'ラ'ダ' 味噌汁 シバ漬	米飯 鶏じゃが キャベツとツナのサラダ 茄子とベーコンの炒め物 ピーマン漬	米飯 ホッケのムニエル もやしとわかめのボン酢和え きぬさやの卵とじ しその実漬	米飯 豆腐チャンプルー 小松菜の梅風味あえ じゃが芋の含め煮 桜漬	米飯 タラの蒲焼風 おろし和え 赤だし たくあん
3時	あんず蒸しパン コーヒー	鯛饅頭（カスタード） お茶	ハ'ター'クッキー 紅茶	ミルク餅（あずき） お茶	エクレア コーヒー	まがりせんべい お茶	ハ'ー'ム'ロ'ル 紅茶
	エネルギー 1584kcal 蛋白質 55.2g 脂質 37.6g 炭水化物 248.5g 食塩 7.2g 食物繊維 9.2g	エネルギー 1579kcal 蛋白質 58.7g 脂質 45.4g 炭水化物 228.6g 食塩 6.5g 食物繊維 12.7g	エネルギー 1561kcal 蛋白質 48.4g 脂質 46.7g 炭水化物 233.9g 食塩 7g 食物繊維 10.5g	エネルギー 1680kcal 蛋白質 48.1g 脂質 51.6g 炭水化物 251.9g 食塩 6g 食物繊維 13.3g	エネルギー 1594kcal 蛋白質 51.8g 脂質 54.1g 炭水化物 220.7g 食塩 7.3g 食物繊維 10.7g	エネルギー 1602kcal 蛋白質 60.7g 脂質 44.9g 炭水化物 237.3g 食塩 9.3g 食物繊維 12.8g	エネルギー 1576kcal 蛋白質 53.6g 脂質 54.5g 炭水化物 209.1g 食塩 7.7g 食物繊維 10.8g