

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：2024/2/19～2024/2/25



	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23	土 24	日 25
朝食	メロンパン パン 牛乳	マルロ-ル30g×2 パン 牛乳	バターシュガー-コッパ りんご缶 牛乳	レーズントッパ オレンジ 牛乳	ワッパン-ニッジュ 黄桃缶 牛乳	黒糖ロールパン 白桃缶 牛乳	クリームエスカルゴ パン 牛乳
昼食	米飯 タラのコーンマヨ焼き 大根の煮物 キャベツとかまぼこの和え物 味噌汁 ふりかけ	米飯 ハンバーグデミグラスソース 人参サラダ ジャーマンポテト 味噌汁 ふりかけ	菜飯おにぎり たぬきそば なすの味噌煮 大豆サラダ	カツカレー 青梗菜のゴマドレサラダ 青りんごゼリー 福神漬	米飯 ホキのムニエルマトゥース シロナとメンマの炒め物 ほうれん草のポン酢和え 味噌汁 ふりかけ	米飯 鶏肉の磯部焼 菜の花のごまあえ 蒸しシウマイ（青じそドレ） 味噌汁 ふりかけ	米飯 ブリ大根 卵の花 シロナとかまのゆず和え 味噌汁 ふりかけ
夕食	米飯 豚肉とじゃが芋の五目煮 ブロッコリーのサラダ 小松菜と卵の炒め物 ピーマン漬	米飯 鯖の甘辛ネギ焼き 青梗菜の醤油あえ 里芋のあんかけ たくあん	米飯 豆腐チャンプルー 春菊と昆布の和えもの 味噌汁 つぼ漬	米飯 鰯の照り焼き 春雨とかにかまの棒棒鶏トレあえ 味噌汁 しその実漬	米飯 豚肉の香味焼き レタスとツナのサラダ 白菜のコンソメ煮 赤かっぱ漬	米飯 鯖のごま焼き ビーフンのサラダ かきたま汁 青かっぱ漬	米飯 豚肉のチャブチエ ササミと豆苗のニンニク炒め オクラのピーナツ和え 桜漬
3時	もみじまんじゅう お茶	ミックスジュースのゼリー コーヒー	抹茶蒸しパン お茶	マフィン 紅茶	水ようかん お茶	チョコチップクッキー コーヒー	黒糖饅頭 お茶
	1607kcal 蛋白質 53.9g 脂質 46.2g 炭水化物 238.1g 食塩 6.3g 食物繊維 12.1g	1601kcal 蛋白質 53.2g 脂質 47.8g 炭水化物 236.8g 食塩 6.9g 食物繊維 11.6g	1529kcal 蛋白質 53.1g 脂質 42.5g 炭水化物 229.8g 食塩 7.7g 食物繊維 12.9g	1595kcal 蛋白質 48.1g 脂質 48.3g 炭水化物 235.3g 食塩 6.8g 食物繊維 9.1g	1549kcal 蛋白質 51.6g 脂質 56g 炭水化物 202.8g 食塩 7.1g 食物繊維 11.5g	1614kcal 蛋白質 60.1g 脂質 51.9g 炭水化物 216.6g 食塩 7.2g 食物繊維 7.6g	1532kcal 蛋白質 56.2g 脂質 36.3g 炭水化物 236.8g 食塩 5.7g 食物繊維 22.6g

