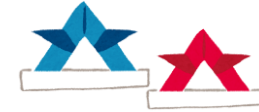


献立表

現 場：大阪城ケアホーム
 献立種類：常食（個別献立 / A / B
 期 間：2024/4/22～2024/4/28



	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27	日 28
朝食	なつかしあんぱん りんご 牛乳	ミニ山シュガー 洋ナシ缶 牛乳	レズ'ンド'ッガ 白桃缶 牛乳	抹茶ツイスト バナナ 牛乳	黒糖ロールパン パイ 牛乳	ショコラロール りんご缶 牛乳	メロンパン ミカ缶 牛乳
昼食	菜飯おにぎり 天ぷらうどん きゅうりのなめ茸和 おろしとがらふろのおかか炒め	米飯 ちゃんこ鍋風煮 ブロッコリーとハムのサラダ いちごムース 味噌汁 ふりかけ	米飯 メバルの七味焼き 野菜炒め 大根のりし和え 味噌汁 ふりかけ	米飯 マスの梅じそ焼 オクラの昆布あえ 大根とコンニャクの煮物 味噌汁 ふりかけ	ポークカレーライス 和風オムレツ 温泉卵 福神漬 	米飯 おろしポン酢ハンバーグ 里芋とあげの煮物 ブロッコリーのゆずカツおあえ 味噌汁 ふりかけ	米飯 鯖の磯辺焼き ビーフン炒め 長芋の梅ドレし和え 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 ほきのチーズ焼き 小松菜とかにかまのサラダ 味噌汁 青かつば漬	米飯 ホッケソテーレモン添え マカロニサラダ コンソメスープ しその実漬	米飯 チキンピカタ 青梗菜の中華あえ 法蓮草とハムの炒め物 赤かつば漬け	米飯 焼き肉風 茄子の詰め煮 胡瓜とわかめの和え物 しば漬け	米飯 鯖の焼き浸し 豆苗とツナのサラダ 味噌汁 ピーマン漬	米飯 ブリの野菜あんかけ 胡瓜の白ドレサラダ アスパラとベーコンのソテー つぼ漬	米飯 鶏つくねの和風焼き 里芋とハムのサラダ 大根の味噌煮 たくあん
3時	ココア蒸しパン 紅茶	長崎加行房 (1/2) お茶	レモンケーキ コーヒー	たい焼き お茶	焼きドーナツ (チョコ) 紅茶	まがりせんべい お茶	紅茶ゼリー ドリンクヨーグルト
	エネルギー 1524kcal 蛋白質 52.1g 脂質 40.8g 炭水化物 235.3g 食塩 8.3g 食物繊維 12.5g	エネルギー 1549kcal 蛋白質 55g 脂質 46.5g 炭水化物 222.1g 食塩 6.6g 食物繊維 11.5g	エネルギー 1569kcal 蛋白質 60.6g 脂質 48.4g 炭水化物 216.4g 食塩 6.4g 食物繊維 9.3g	エネルギー 1584kcal 蛋白質 48.7g 脂質 48.6g 炭水化物 234.4g 食塩 5.9g 食物繊維 14.6g	エネルギー 1637kcal 蛋白質 59.8g 脂質 53.5g 炭水化物 222.7g 食塩 8.8g 食物繊維 11g	エネルギー 1533kcal 蛋白質 49.6g 脂質 53.8g 炭水化物 206.6g 食塩 6.1g 食物繊維 11.8g	エネルギー 1608kcal 蛋白質 60.7g 脂質 39.5g 炭水化物 246g 食塩 6.4g 食物繊維 8.3g
	月 29	火 30	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
朝食	メロンロール 30g x 2 黄桃缶 牛乳 牛乳	メロンパン バナナ 牛乳	黒糖ロールパン 洋ナシ缶 牛乳	レズ'ンド'ッガ パイ 牛乳	カスタードクリームパン りんご 牛乳	ワッザン'ニッシュ 白桃缶 牛乳	ミニ山シュガー りんご缶 牛乳
昼食	米飯 ホッケオムレツ シロナの煮浸し さつま芋サラダ 味噌汁 ふりかけ	米飯 ブリの柚子胡椒焼き ヒジキの煮物 三度豆のピーナツ和え 味噌汁 ふりかけ	菜飯おにぎり わかめさきみそそば 昔のコロケ 大根サラダ	米飯 メンチカツ ブロッコリーとハムの炒め物 ロールソーサラダ 味噌汁 ふりかけ	米飯 鱈の甘酢あんかけ 高野の煮つけ スパゲティサラダ 味噌汁 ふりかけ	米飯 鯖の西京焼き 長芋の和風あえ じゃが芋とベーコンの炒め物 清汁 ふりかけ	☆☆子供の日☆☆ オムライス 白菜とトマトのサラダ メロンムース コンソメスープ 
夕食	米飯 マスの利休焼き がらふろとツナのゴマドレあえ 切干大根の煮付け ピーマン漬	米飯 ホッケとチーズのオムレツ オクラの梅あえ コンソメスープ たくあん	米飯 ポークチャップ風 白菜と人参のゴマ和え 味噌汁 赤かつば漬け	米飯 ホッケの塩焼き 茄子の甘辛炒め 胡瓜とモズクの酢の物 つぼ漬	米飯 鶏肉ときこの香り煮 そら豆の豆苗のサラダ たけのこのおかか煮 しその実漬	米飯 八宝菜 蒸し焼売 ゆめぎのサラダ 青かつば漬	米飯 鯖の照り焼き 菜の花のゴマ浸し 野菜炒め しば漬け
3時	黒ボー お茶	プチシュー(2個) 紅茶	おかし (きな粉味) お茶	フルーツボンチ コーヒー	栗かすてら饅頭 お茶	キャロットレーズン蒸しパン 紅茶	柏葛餅 お茶
	エネルギー 1547kcal 蛋白質 55.2g 脂質 38.9g 炭水化物 236g 食塩 6.7g 食物繊維 11.3g	エネルギー 1687kcal 蛋白質 57.3g 脂質 58.9g 炭水化物 229.9g 食塩 7.4g 食物繊維 14g	エネルギー 1503kcal 蛋白質 51.4g 脂質 43.8g 炭水化物 221g 食塩 8.5g 食物繊維 13.6g	エネルギー 1620kcal 蛋白質 46.5g 脂質 51.1g 炭水化物 239.3g 食塩 7.1g 食物繊維 10.7g	エネルギー 1562kcal 蛋白質 60.6g 脂質 40.1g 炭水化物 235.1g 食塩 5.5g 食物繊維 11.6g	エネルギー 1622kcal 蛋白質 57.8g 脂質 50.7g 炭水化物 226.6g 食塩 7.5g 食物繊維 10.7g	エネルギー 1572kcal 蛋白質 55.5g 脂質 51.4g 炭水化物 246g 食塩 6.8g 食物繊維 8.3g

