

入所献立表(12/28～1/3)

現 場：老人保健施設ゆめが丘
献立種類：常食1600（個別献立）
期 間：2025/12/28～2026/1/3

	日 28	月 29	火 30	水 31	木 1	金 2	土 3
朝食	御飯 コンソメスープ ポパイエッグ ブロッコリーのわさびマヨ 漬物（千切り沢庵） 牛乳	御飯 味噌汁 ほっけ塩焼き（朝） れんこんサラダ ふりかけ（おかか） 牛乳	御飯 味噌汁 つくねの煮物 アスパラのサラダ 漬物（あおかつぱ） 牛乳	御飯 コンソメスープ 野菜のソテー 白菜のマヨ和え ふりかけ（たまご） 飲むヨーグルト	御飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 春菊のゆず和え 漬物（赤かつぱ） 牛乳	御飯 味噌汁 サバ塩焼き（朝） いんげんのツナ和え 梅びしお 牛乳	御飯 味噌汁 目玉焼き キャベツの梅和え のり佃煮 ヤクルト
昼食	赤飯 味噌汁 サケのごま風味焼 小松菜の青じそ和え フルーツ	御飯 味噌汁 豚と大根の梅煮 キャベツのお浸し フルーツ	御飯 味噌汁 アジの蒲焼き風 小松菜の胡麻和え フルーツ	御飯 コンソメスープ カレイのハーブソテー かぼちゃサラダ フルーツ	赤飯 清まし汁 紅白(なます,かまぼこ) 伊達巻 八幡巻き 黒豆 煮物（正月用） 昆布巻き ブリの照り焼き 栗きんとん	ちらし寿司 清まし汁 菜の花の和え物 フルーツ	御飯 清まし汁 てんぷら てんつゆ ほたてとわかめのぬた フルーツ
夕食	御飯 コンソメスープ チキンガーリックソテー キャベツのカレー炒め インゲンのシラス和え	御飯 清まし汁 タラのたいみそ焼き もやしと茄子の炒めもの 煮豆	御飯 味噌汁 鶏の中華ネギだれ ひじき煮 ほうれん草の和え物	年越しそば じゃが芋のたらこバター炒め いんげんのピーナツ和え	御飯 味噌汁 タラのカレー風味焼き 大根の含め煮 長芋の和え物	御飯 味噌汁 サワラのみりん漬け焼き 冬瓜のそぼろあんかけ もずく三杯酢	御飯 清まし汁 麻婆豆腐 白菜の信田煮 煮豆
10時	ミルクティー（1000ml）	ココア	ぶどうジュース	フルーツミックスジュース	レモンティー（温）	りんごジュース	ココア
3時	どらやき 緑茶	ドームケーキ 緑茶	仙波まんじゅう 麦茶	バームクーヘン 麦茶	練り切り 麦茶	今川焼 麦茶	きみしぐれ 麦茶
	エネルギー 1629kcal 蛋白質 62.1g 脂質 39.7g 炭水化物 240.5g 食塩 5.9g	エネルギー 1568kcal 蛋白質 53.8g 脂質 40.2g 炭水化物 237.5g 食塩 7.2g	エネルギー 1482kcal 蛋白質 54.1g 脂質 26.9g 炭水化物 241.3g 食塩 7.8g	エネルギー 1614kcal 蛋白質 46g 脂質 50.2g 炭水化物 228.8g 食塩 6g	エネルギー 1566kcal 蛋白質 61g 脂質 23.3g 炭水化物 258.5g 食塩 9.7g	エネルギー 1612kcal 蛋白質 57.1g 脂質 33.4g 炭水化物 254.5g 食塩 8.3g	エネルギー 1698kcal 蛋白質 50.4g 脂質 36.5g 炭水化物 278.2g 食塩 11g

★仕入れの状況により、献立内容が変更になる場合があります。