

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 1月29日 ~ 令和 5年 2月 4日

	1月29日(日)	1月30日(月)	1月31日(火)	2月 1日(水)	2月 2日(木)	2月 3日(金)	2月 4日(土)
朝	カニカマ雑炊 生揚げと大根の炒り煮 ヨーグルト	御飯 ツナ入りスクランブルエッグ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げとひじきの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 いんげんとちくわの炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 車麩のそぼろあんかけ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉と野菜のうま煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 焼豆腐の卵とじ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ミルクティー	りんごジュース	はちみつレモン	ココア	コーヒー牛乳	ミルクティー	カルピス
昼	御飯 ねぎ塩チキン いんげんの ごまマヨネーズ和え 金時煮豆 味噌汁	ポークカレー 福神漬け カリフラワーのマリネ コンソメスープ 白桃缶	御飯 家常豆腐 ツナと人参の卵炒め すまし汁 フルーツカクテル缶	御飯 鶏肉の竜田揚げ さつま芋のレモン煮 白菜漬け すまし汁	【節分行事食】 大豆御飯 天ぷら盛合わせ 小松菜のごま和え けんちん汁 いちご	御飯 ぶりの蒲焼き ピーマン炒め 味噌汁 りんご缶	御飯 ホイコーロー 春雨の中華サラダ 高菜炒め 中華スープ
15時	コーヒーロールケーキ	ドームケーキ(こしあん)	ヨーグルトケーキ	黒糖まんじゅう	ミニたい焼き	コーヒーロールケーキ	パンナコッタ
夕	御飯 さわらの粕漬け焼き 切昆布と大豆の煮物 味噌汁 マンゴー缶	御飯 あじの甘辛煮 鶏肉とキャベツの炒め物 千切り大根漬け 味噌汁	御飯 さばの南蛮漬け風 春雨の中華サラダ 三色煮豆 中華スープ	御飯 スパニッシュオムレツ カリフラワーの辛子マヨネーズ和え コンソメスープ パン缶	御飯 鶏肉のはちみつ照焼き キャベツとしめじのソテー うぐいす煮豆 味噌汁	御飯 かぶとつみれの煮物 ほうれん草のソテー 金時煮豆 味噌汁	御飯 白身魚のレモン焼き じゃが芋の炒め物 味噌汁 黄桃缶
1日合計	kcal 1466 食塩相当量 8.1 g	kcal 1518 9.1 g	kcal 1487 7.7 g	kcal 1542 7.4 g	kcal 1504 8.1 g	kcal 1523 8.3 g	kcal 1483 8.1 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 2月 5日 ~ 令和 5年 2月11日

	2月 5日(日)	2月 6日(月)	2月 7日(火)	2月 8日(水)	2月 9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)
朝	五目雑炊 ハム入り野菜炒め ヨーグルト	御飯 ハンペンと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ピーマンの卵炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 野菜とウインナーのソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ツナ入りスクランブルエッグ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げの野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 角あげと大根の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ぶどうジュース	紅茶	コーヒー牛乳	カルピス	ミルクティー	ココア	はちみつレモン
昼	御飯 さわらの酒蒸し 鶏肉となすの炒め煮 味噌汁 白桃缶	御飯 マーボー豆腐 キャベツの塩炒め 中華スープ パイナップル	御飯 かれいの揚げおろし煮 きんぴらごぼう 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 タントリー風チキン マカロニのクリーム煮 コンソメスープ みかん缶	御飯 マスの煮付け じゃが芋のごま炒め 赤きゅうり漬け 味噌汁	ポークカレー 福神漬け 白菜のサラダ コンソメスープ マンゴー缶	親子うどん かぼちゃのサラダ フルーツカケル缶
15時	どら焼き	ドーナツ	栗水ようかん	パニラパニラ	抹茶パンケーキ	今川焼(カスタード)	黒糖ケーキ
夕	御飯 豚肉と野菜のうま煮 かぶのふろふき 赤きゅうり漬け すまし汁	御飯 ぶりの南部焼き さつま芋とうぐいす豆の甘煮 千切大根漬け 味噌汁	御飯 肉野菜炒め カリフラワーのうすくず煮 味噌汁 和梨缶	御飯 さばのごまみそ煮 春菊のからし和え 白いんげん豆煮 すまし汁	御飯 豚肉とエリンギのソテー 大根の田舎煮 味噌汁 りんご缶	御飯 赤魚の野菜あんかけ 里芋のペーコンソテー 千切大根漬け 味噌汁	御飯 たらの梅照焼き 豚肉とかぶの煮物 白菜漬け 味噌汁
1日合計	kcal 1453 食塩相当量 8.5 g	kcal 1470 7.3 g	kcal 1516 8.1 g	kcal 1528 7.5 g	kcal 1495 8.5 g	kcal 1503 9.3 g	kcal 1493 9.2 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 2月12日 ~ 令和 5年 2月18日

	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)
朝	かにかま雑炊 キャベツとウインナーのソテー ヨーグルト	御飯 えんどうと玉葱の卵とじ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ちくわと大根の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 肉団子とテンゲン菜の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 がんと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 肉じゃが ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 小松菜の卵炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	コーヒー牛乳	ココア	カルピス	ミルクティー	コーヒー牛乳	はちみつレモン	ミルクティー
昼	御飯 鶏肉の甘酢あん えびとカリフラワーの塩炒め 中華スープ 黄桃缶	御飯 クリームコロッケ ミートボールのコンソメ煮 トマトスープ みかん缶	鶏そぼろ丼 ひじきの煮物 味噌汁 りんご缶	御飯 たらのみぞれ鍋風 (特養選択食:豚にら玉) カリフラワーの和え物 高菜炒め 具沢山味噌汁	御飯 豚肉の生姜炒め 茶碗蒸し 三色煮豆 味噌汁	御飯 えびと野菜のチリソース 肉しゅうまい 中華スープ フルーツカクテル缶	御飯 白身魚のチーズ味噌焼き いんげんとハムのサラダ すまし汁 白桃缶
15時	ワッフル	ヨーグルトケーキ	チョコパナロー	あんドーナツ	ロールケーキ	まんじゅう	メープルプーチケーキ
夕	御飯 おでん 生揚げのそぼろあん 三色煮豆 味噌汁	御飯 豚肉と高野豆腐の煮物 もやしの甘酢和え 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 さわらの西京焼き とろろ 金時煮豆 すまし汁	御飯 鶏肉と里芋の煮物 さつま揚げとセロリの炒め物 すまし汁 パン缶	御飯 ぶりの照り煮 ブロッコリーのサラダ 味噌汁 和梨缶	御飯 マスのたらこマヨネーズ焼き いんげんのそぼろ炒め しば漬け すまし汁	御飯 鶏肉とじゃが芋のコンソメ煮 もやしとベーコンのソテー 昆布佃煮 味噌汁
1日合計	kcal 1459 食塩相当量 8.4 g	kcal 1589 8.2 g	kcal 1489 8.5 g	kcal 1500 8.4 g	kcal 1572 7.2 g	kcal 1474 8.1 g	kcal 1543 8.4 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 2月19日 ~ 令和 5年 2月25日

	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)	2月24日(金)	2月25日(土)
朝	たまご粥 はんぺんのかにあんかけ ヨーグルト	御飯 豚肉と里芋のうま煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 かぼちゃのそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 玉子ロール ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉と高野豆腐の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ツナ入りスクランブルエッグ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉の野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	りんごジュース	ミルクティー	はちみつレモン	ココア	紅茶	カルピス	ココア
昼	御飯 肉団子の野菜あん かぼちゃのいとこ煮 さくら漬け 味噌汁	御飯 たらの和風ムニエル 揚げ出し豆腐 すまし汁 黄桃缶	【食文化イベント《熊本県》】 高菜御飯 赤魚の煮付け しらすとセロリの炒め物 ちくわサラダ 呉汁/みかん缶	チキンカレー 福神漬け ブロッコリーのチーズ*サラダ コンソメスープ 白桃缶	御飯 さばの田楽 かぼちゃのソテー しば漬け すまし汁	御飯 すき焼き風煮 オクラのマヨネーズ*和え 味噌汁 キウイフルーツ	御飯 生揚げと里芋の煮物 ほうれん草の炒め煮 すまし汁 ハイン缶
15時	紅茶ケーキ	水ようかん	プッセケーキ	マロンパ*パロア	もみじまんじゅう(クリーム)	黒ごまプリン	ドームケーキ(カスタード)
夕	御飯 さわらのみりん焼き カリフラワーの甘酢漬け 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 五目卵焼き 小松菜とさつま揚げの煮物 赤きゅうり漬け 味噌汁	御飯 豚肉のオイスターソース炒め 春雨の中華サラダ 三色煮豆 中華スープ	御飯 かれいのごまだれ漬け カリフラワーの味噌炒め 昆布佃煮 すまし汁	御飯 和風ハンバーグきのこソース 車麩の煮物 味噌汁 フルーツカクテル缶	御飯 白身魚の野菜煮 さつま芋の甘辛炒め 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 メバルのポン酢かけ チンゲン菜の炒め物 白菜漬け 味噌汁
1日合計	kcal 1454 食塩相当量 8.5 g	kcal 1551 8.6 g	kcal 1628 9.3 g	kcal 1502 9.4 g	kcal 1524 7.9 g	kcal 1582 7.5 g	kcal 1506 7.7 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 2月26日 ~ 令和 5年 2月 28日

	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)				
朝	しらす入り雑炊 さつま揚げとかぶの炒り煮 ヨーグルト	御飯 じゃが芋のカレー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 里芋のそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト				
10時	ミルクティー	カルピス	コーヒー牛乳				
昼	御飯 白身魚のタルタルソース焼き なすのトマト煮 コーンポタージュスープ 黄桃缶	スパゲティナポリタン カリフラワーのクリーム煮 コンソメスープ りんご缶	御飯 ふりの山椒煮 小松菜のからし和え 三色煮豆 味噌汁				
15時	黒糖ケーキ	★セレクト	チョコワッフル				
夕	御飯 鶏肉と大根の照り煮 ブロッコリーの炒め物 三色煮豆 味噌汁	御飯 さばの焼き浸し チンゲン菜と蒸し鶏の マヨネーズ和え しば漬け 味噌汁	御飯 鶏肉のハーブキューソース焼き かぼちゃと車麩の煮物 味噌汁 白桃缶				
1日合計	kcal 1486 食塩相当量 8.2 g	kcal 1479 9.1 g	kcal 1555 7.1 g				