

## 【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 2月27日 ~ 令和 4年 3月 5日

	2月27日(日)	2月28日(月)	3月 1日(火)	3月 2日(水)	3月 3日(木)	3月 4日(金)	3月 5日(土)
朝	五目雑炊 青梗菜の炒め物 ヨーグルト	御飯 ホウレン草とウインナーの炒め物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 鶏肉と里芋の旨煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 かぶのそぼろ煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 竹輪の甘辛煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 生揚と野菜の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
10時	カルピス	コーヒー牛乳	レモンティー	ココア	グレープジュース	抹茶オレ	ミルクティー
昼	御飯 豆腐とえびの中華うま煮 茄子の炒り煮 中華スープ フルーツ・パン缶	御飯 豚肉の柳川風煮 小松菜のからし和え うぐいす煮豆 味噌汁	御飯 ホタテクリームコロッケとエビフライ 大根とハムのマリネサラダ 味噌汁 マンゴー缶	御飯 鶏肉のチース <sup>®</sup> 焼 青梗菜とカニカマの炒め物 金時煮豆 味噌汁	【桃の節句行事食】 華ちらし 春野菜の煮物 アスパラのくるみ和え 野菜椀 イチゴ	御飯 めばるの煮付け さつま芋のきんぴら 白菜の浅漬 味噌汁	御飯 鶏肉の生姜焼 南瓜の甘辛煮 すまし汁 パン缶
15時	まんじゅう	メロンフルーチェ	いちごクレープ	チョコケーキ	二色ロールケーキ	あずきプリン	さつま芋まんじゅう
夕	御飯 鶏のハーベキューソテー インゲン <sup>®</sup> のサラダ 漬物 味噌汁	御飯 さばの田楽 かぶとがんモの炊き合せ すまし汁 リンゴ缶	御飯 豚肉と根野菜の煮物 菜の花の炒め物 青きゅうり漬 味噌汁	御飯 さわらの七味焼き オクラのなめ茸和え すまし汁 ミカン缶	御飯 鶏肉のカレー風味焼 がんモの煮物 うぐいす煮豆 味噌汁	御飯 豚肉の胡麻だれ炒め 人参とチース <sup>®</sup> のサラダ すまし汁 黄桃缶	御飯 たらと野菜のグラタン ホウレン草とカニカマのサラダ 三色煮豆 味噌汁
合計	kcal 1441 食塩相当 7g	kcal 1503 7.8g	kcal 1541 7.4g	kcal 1453 6.8g	kcal 1460 9g	kcal 1443 7g	kcal 1508 7g

## 【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 3月 6日 ~ 令和 4年 3月 12日

	3月 6日(日)	3月 7日(月)	3月 8日(火)	3月 9日(水)	3月 10日(木)	3月 11日(金)	3月 12日(土)
朝	卵雑炊 ツナと大根の炒り煮 ヨーグルト	御飯 ハンペンと野菜煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 冬瓜と肉団子の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 ウインナーの野菜炒め 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 野菜寄せ 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 鶏肉となすの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 ミートオムレツ 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
10時	ほうじ茶ラテ	アップルジュース	カルピス	コーヒー牛乳	抹茶オレ	レモンティー	ココア
昼	御飯 赤魚のムニエル・タルタルソース インゲンとハムのサラダ しば漬 味噌汁	チキンノコカレ 福神漬 カリフラワーとチーズのサラダ コンソメスープ ミカン缶	御飯 ぶりの韓国風照焼 ほうれん草の菜種和え ザーサイ すまし汁	菜の花そば なすのずんだ和え 黄桃缶	御飯 豚肉じゃが 白菜の和風サラダ しば漬 味噌汁	御飯 ますの和風ステーキ 青梗菜の豆乳煮 千切大根漬 味噌汁	御飯 揚げ出し豆腐野菜あんかけ 春雨の和え物 すまし汁 フルーツカクテル缶
15時	きなこパンケーキ	紅茶ケーキ	人形焼	スイスロール	ピーチフルーチェ	ドームケーキ	マンゴープリン
夕	御飯 酢鶏 もやしの三色炒め 中華スープ マンゴー缶	御飯 ひじき入り卵焼 かぶとベーコンの炒め物 金時煮豆 味噌汁	御飯 豚肉のガーリックソテー じゃが芋のコンソメ煮 コーンポタージュ 白桃缶	御飯 豆腐と野菜の炒り煮 南瓜のサラダ さくら大根漬 味噌汁	御飯 ホキの沢煮 ブロッコリーとベーコンの炒め物 すまし汁 和梨缶	御飯 蒸し餃子のサッパリソース オニオンサラダ 中華スープ リンゴ缶	御飯 かれいの旨煮 キャベツとさつま揚げ炒め うぐいす煮豆 味噌汁
合計	kcal 1438 食塩相当 8 g	kcal 1541 8.5 g	kcal 1479 7.6 g	kcal 1476 8.5 g	kcal 1433 7.4 g	kcal 1544 7.5 g	kcal 1484 7.9 g

## 【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 3月13日 ~ 令和 4年 3月19日

	3月13日(日)	3月14日(月)	3月15日(火)	3月16日(水)	3月17日(木)	3月18日(金)	3月19日(土)
朝	きのこ雑炊 竹輪の野菜炒め ヨーグルト	御飯 カリフラワーのそぼろ煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 魚肉ソーセージの野菜炒め 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 ガンモと冬瓜の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 サツマアケと野菜の炒め物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 鶏肉と里芋の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 茄子と豚肉の味噌炒め 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
10時	ミルクティー	抹茶オレ	コーヒー牛乳	グレープジュース	ココア	カルピス	ほうじ茶ラテ
昼	御飯 鶏肉のカレー風味焼 ナスとガンモの煮物 コンソメスープ 黄桃缶	【愛知県郷土料理】 菜飯 味噌カツ ごま入り豆腐 白菜の酢の物 すまし汁 フルーツカクテル缶	御飯 魚すり身の松風焼 かぶと車麩の煮物 味噌汁 キウイ	御飯 かれいの甘辛煮 茶碗蒸 味噌汁 和梨缶	御飯 鶏肉のはちみつ照焼 (特養:選択食 たららの南 蛮漬け) ひじきの煮物 青きゅうり漬 すまし汁	御飯 エビカツフライとコロッケ ブロッコリーとカニカマの辛子和 え 味噌汁 ハイン缶	御飯 イタリアンオムレツ 肉団子と野菜の煮物 クリームポタージュ 黄桃缶
15時	乳菓まんじゅう	カスタード入りロールケーキ	抹茶ババロア	水羊羹	リンゴケーキ	ドーナツ	ヨーグルトケーキ
夕	御飯 つみれとレンコンの煮物 ホウレン草のピーナツ和え 味彩漬 味噌汁	御飯 白身魚のマヨマスタード焼 春雨の炒めもの 金時煮豆 味噌汁	御飯 ネギ塩チキン 茹きゃべツのサラダ 昆布佃煮 すまし汁	御飯 八宝菜 インゲンの中中華ドレッシング ザーサイ 中華スープ	御飯 さばのレモン醤油焼 菜の花のお浸し 味噌汁 マンゴー缶	御飯 豚肉のソース焼 インゲンとツナの炒め物 うぐいす煮豆 コンソメスープ	御飯 めばるの生姜煮 okraのおろしポン酢和え しば漬 味噌汁
合計	kcal 1460 食塩相当 8.9 g	kcal 1532 7.7 g	kcal 1451 7.5 g	kcal 1438 7.7 g	kcal 1491 7.3 g	kcal 1525 7.7 g	kcal 1535 7.6 g

## 【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 3月20日 ~ 令和 4年 3月26日

	3月20日(日)	3月21日(月)	3月22日(火)	3月23日(水)	3月24日(木)	3月25日(金)	3月26日(土)
朝	しらす雑炊 肉団子と青梗菜の炒め煮 ヨーグルト	御飯 野菜入り卵焼 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 肉団子の薄くず煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 ホウレン草とベーコンの炒め物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 角あげの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 和風スクランブル 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 竹輪と野菜の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
10時	ココア	アップルジュース	抹茶オレ	カルピス	レモンティー	ほうじ茶ラテ	グレープジュース
昼	御飯 豚肉と野菜の味噌炒め ホウレン草の胡麻和え 千切大根漬 すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグきのこソース ゼンマイとサツマ揚げの煮物 味噌汁 白桃缶	御飯 ホキの磯辺焼 小松菜とコーンの炒め物 白菜の浅漬 すまし汁	御飯 家常豆腐 春雨の中華サラダ 中華スープ マンゴープリン	御飯 メバルのゆかり揚げ 南瓜のいとこ煮 味噌汁 ハイン	あんかけ焼そば キャベツのナムル 中華スープ 黄桃缶	ホークカレーライス 福神漬 小松菜とハムのサラダ コンソメスープ フルーツカクテル缶
15時	ブッセケーキ	ハンケーキ	バナナプリン	黒糖まんじゅう	たい焼	ショコラプチケーキ	抹茶ゼリー
夕	御飯 大根とつみれの煮物 キャベツの塩炒め 味噌汁 リンゴ缶	御飯 さばの塩焼 酢味噌和え 金時煮豆 すまし汁	御飯 鶏肉の中華風照焼 インゲンの黒ゴマ和え 味噌汁 和梨缶	御飯 あじの若菜蒸 鶏とサツマ芋の甘辛煮 味彩漬 味噌汁	御飯 肉野菜炒め 人参のツナ和え 青きゅうり漬 すまし汁	御飯 肉団子と大根の煮物 きのこピーマンの炒め物 三色煮豆 味噌汁	御飯 白身魚の味噌マヨネーズ焼 かぶとがんもの煮物 昆布佃煮 すまし汁
合計	kcal 1463 食塩相当 8.8 g	kcal 1452 7.1 g	kcal 1443 7.7 g	kcal 1506 7.9 g	kcal 1549 8 g	kcal 1605 9 g	kcal 1494 9.6 g

## 【特養・ショート】予定献立表

令和 4年 3月27日 ~ 令和 4年 3月 31日

	3月27日(日)	3月28日(月)	3月29日(火)	3月30日(水)	3月31日(木)		
朝	御飯 カニカマ雑炊 ホウレン草とツナのソテー ヨーグルト	御飯 つみれと野菜の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 かぶとウインナーの炒め物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 ハムと野菜の炒め物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト	御飯 鶏と車麩の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト		
10時	アップルジュース	ミルクティー	ココア	抹茶オレ	カルピス		
昼	御飯 エビとそら豆の炒め物 菜の花の辛子和え 高菜炒め すまし汁	御飯 さわらのガーリックソテー 茄子のトマト煮 コンソメスープ マンゴー缶	牛丼 春菊の胡麻マヨ和え 金時煮豆 味噌汁	御飯 サバの味噌煮 蒸なすの生姜酢和え すまし汁 ミカン缶	御飯 エビと生揚げのチリソース 冬瓜のカニフレークあんかけ 中華スープ マンゴー缶		
15時	ヨーグルトパナッロア	セレクト	レモンケーキ	チョコプリン	黒糖ケーキ		
夕	御飯 キャベツと挽肉の重ね蒸 野菜とハムのクリーム煮 味噌汁 白桃缶	御飯 豆腐の五目あんかけ 青梗菜のポン酢和え しば漬 味噌汁	御飯 かれないのバター醤油焼 モヤシとニラの炒め物 すまし汁 パン缶	御飯 豚肉と野菜の塩麩炒め okraお浸し 千切大根漬 味噌汁	御飯 鶏肉の梅肉焼 サツマ芋とレースンのサラダ ザーサイ 味噌汁		
合計	kcal 1528 食塩相当 7.3 g	kcal 1440 7.9 g	kcal 1485 7.8 g	kcal 1437 7.4 g	kcal 1484 6.9 g		