

<h1>特別養護老人ホーム ケアカレッジ デイサービス 1月献立表</h1> <p>※食材の都合により変更することがあります。 当施設で使用しているお米は全て国産です。</p>	木 2	金 3	土 4
	ちらし寿司 雑煮 松風焼き ピーナツ和え ぶどうゼリー 漬物 	カレーうどん たまご豆腐のカニあんかけ ブロッコリーのゴマ味噌和え バナナムース 漬物 	共通メニュー ごはん コンソメスープ マカロニのケチャップ炒め いちごゼリー 漬物 A タラのピカタ B 豚肉の生姜焼き
	いちごオムレット	あんみつ	おかき(うす塩)
	650 23.3 14.4 3.6	575 23.1 17.7 5.9	604 19.9 16.6 1.7

昼食 おやつ 栄養価 エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g) 食塩(g)	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10	土 11		
	共通メニュー ごはん コンソメスープ カリフラワーのサラダ ブルーベリーヨーグルト 漬物 A メンチカツ B 赤魚の西京焼き	七草粥 すまし汁 サバのごまみそ焼き 生揚げの土佐煮 練乳あずきプリン 漬物 	焼きそば 卵スープ 春巻き ひじきサラダ ぶどうムース 漬物 	共通メニュー ごはん コンソメスープ 根菜サラダ 黒ごまプリン 漬物 A タラのケチャップ煮 B 肉じゃが	共通メニュー ごはん 味噌汁 人参しりしり ピーチゼリー 漬物 A 鶏のから揚げ B 豆腐ハンバーグおろしあん	中華丼 中華スープ ラーバーツアイ 杏仁豆腐 漬物 		
	いちごパフェ	パウムクーヘン	クリームコンフェ	カステラ	レモンケーキ	おしるこ		
	695 18.0 20.0 3.3	613 21.1 13.7 2.9	535 22.0 18.0 3.4	618 18.0 27.6 4.4	550 21.8 10.3 2.1	599 19.4 12.1 2.5	748 22.2 27.3 3.3	700 17.4 19.2 3.5

昼食 おやつ 栄養価 エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g) 食塩(g)	月 13	火 14	水 15	木 16	金 17	土 18		
	にゅうめん 厚焼き玉子 煮し鶏のサラダ メロンムース 漬物 	共通メニュー ごはん 味噌汁 ほうれん草の辛子ゴマ和え ヨーグルト 漬物 A コロッケ B にしんの山椒煮	共通メニュー ごはん 味噌汁 ザーサイ和え いちごゼリー 漬物 A 肉団子のみぞれ煮 B タラの野菜あんかけ	ボークカレー コンソメスープ アスバラサラダ 薬味 ぶどうムース 	ルーロー飯 中華スープ 中華風甘酢和え メロンゼリー 漬物 ルロー飯は台湾の 大衆料理。豚肉を甘辛く 煮込み、煮汁ごとご飯の 上にかけて丼です。	共通メニュー ごはん 味噌汁 さつまいもと野菜の炒り煮 レモンゼリー 漬物 A 鮎の南蛮漬け B 鶏つくねと大根の煮物		
	チョコババロア	おかき(のり塩)	りんごプリン	栗まんじゅう	ロールケーキ	たい焼き		
	565 26.7 19.9 3.1	611 16.2 19.0 3.3	613 21.3 20.8 3.6	584 15.1 13.8 3.8	580 14.6 17.0 3.9	624 15.3 14.3 3.6	565 16.0 16.5 2.2	628 22.1 13.0 3.9

昼食 おやつ 栄養価 エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g) 食塩(g)	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24	土 25			
	共通メニュー ごはん 味噌汁 柚子香和え オレンジゼリー 漬物 A ブリ大根 B 鶏の西京焼き	味噌ラーメン 餃子 ほうれん草とレンコンの炒め ぶどうゼリー 漬物 	かつ丼 味噌汁 きんぴらごぼう メロンゼリー 漬物 SS リクエスト食	共通メニュー ごはん すまし汁 きゃべつのおかか和え 青りんごゼリー 漬物 A 豚肉の味噌炒め B カレイの中華あんかけ	共通メニュー ごはん 味噌汁 青しそサラダ いちごゼリー 漬物 A 鯖の竜田揚げ B 肉団子と白菜のクリーム煮	共通メニュー ごはん 味噌汁 ゆかり和え プリン 漬物 A 鶏の照り焼き B 八宝菜			
	甘酒プリン	ドーナツ	煮りんご	チョコバナナプリン	ミルクオムレット	どら焼き			
	568 21.5 14.0 2.6	536 24.0 10.1 3.5	609 20.2 23.6 5.3	673 18.1 18.0 4.9	612 19.4 17.5 1.7	530 17.4 9.2 1.5	580 17.7 16.4 2.3	518 12.3 10.4 2.9	631 23.0 16.2 3.2

昼食 おやつ 栄養価 エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g) 食塩(g)	月 27	火 28	水 29	木 30	金 31		
	共通メニュー ごはん 味噌汁 きゃべつとハムのおから炒め ぶどうゼリー 漬物 A ブリのにんにく醤油焼き B えび団子と白菜の中華あんかけ	キーマカレー コンソメスープ ほうれん草のバターソテー 薬味 ピーチムース 	共通メニュー ごはん 味噌汁 かぶと蒸し鶏のサラダ 抹茶ゼリー 漬物 A エビフライ&白身魚フライ B 鶏肉のねぎ塩焼き	共通メニュー ごはん 味噌汁 カリフラワーのサラダ レモンゼリー 漬物 A 豆腐とツナのチャンプルー B ひらすの西京焼き	お好み焼き すまし汁 はんぺんの含め煮 玉葱と人参のサラダ 青りんごゼリー 漬物 		
	抹茶カステラ	ブッセ	栗オムレット	もみじ饅頭	ヨーグルトババロア		
	664 24.3 15.2 3.2	575 17.3 9.1 3.5	712 19.2 29.9 3.6	591 16.7 16.9 2.3	591 24.1 17.6 2.5	587 18.0 15.6 3.4	567 19.6 10.8 3.2

特別養護老人ホーム ケアカレッジ デイサービス 1月献立表

※食材の都合により変更することがあります。 当施設で使用しているお米は全て国産です。