

予定献立表

令和 8年 5月 16日 ~ 令和 8年 5月 25日

日	朝食	昼食	間食	夕食	備考
16(土)	ごはん 味噌汁 肉団子と野菜の煮物 ふりかけ ヨーグルト 682 kcal	ごはん そうめん汁 鶏ももの照り焼き 厚揚げの煮物 みかん缶 846 kcal	0 kcal	ごはん 味噌汁 肉豆腐 カレーコロケ りんご 692 kcal	2220 kcal
17(日)	パン クリームシチュー ハッシュポテト チーズ 牛乳 569 kcal	豚にら丼 たまごスープ 酢味噌和え ゼリー 589 kcal	0 kcal	ごはん 豚汁 ほっけの塩焼き マカロニサラダ がんと人参の煮物 705 kcal	1863 kcal
18(月)	ごはん 味噌汁 里芋のそぼろ煮 時雨佃煮 ヨーグルト 462 kcal	ミートドリア シーフードサラダ フルーツポンチ 581 kcal	0 kcal	ごはん 味噌汁 豚肉のピカタ ちんげん菜の辛子和え コーヒーゼリー 617 kcal	1660 kcal
19(火)	ごはん 味噌汁 じゃがいもと人参の煮物 ふりかけ ジョア 440 kcal	さけフレークごはん みそ汁 鶏天 もやしとしめじのごま酢和え 734 kcal	0 kcal	ごはん 味噌汁 魚の七味焼き こんにゃくの煮もの 枝豆 662 kcal	1836 kcal
20(水)	ごはん 味噌汁 ハムエッグ ふりかけ ヨーグルト 499 kcal	きつねそば いかの香味揚げ 錦糸和え ほうれんそう 574 kcal	0 kcal	ごはん 豆腐のスープ 麻婆春雨 海草サラダ プリン 646 kcal	1719 kcal
21(木)	食パン コンソメスープ ウインナーと野菜のソテー ジャム 野菜ジュース 533 kcal	友禅ご飯 けんちん汁 茄子の甘辛炒め 抹茶プリン 673 kcal	0 kcal	ごはん 味噌汁 アジフライ わかめの酢のもの キウイフルーツ 576 kcal	1782 kcal
22(金)	レーズンロールパン かぼちゃスープ 野菜のソテー ジャム 牛乳 541 kcal	ごはん 白味噌汁 豚ニラさんが焼き 明太スパサラダ フルーツゼリー 760 kcal	0 kcal	ごはん 味噌汁 鶏ももの山賊焼き 小松菜のおかか和え ローリー 620 kcal	1921 kcal
23(土)	ごはん 味噌汁 野菜炒め ふりかけ ヨーグルト 503 kcal	ごはん 根菜汁 照り焼き魚 チャブチエ 杏仁豆腐 546 kcal	0 kcal	天津飯 中華スープ シューマイ ほうれん草のおしたし 630 kcal	1679 kcal
24(日)	パン コンソメスープ オムレツ チーズ 牛乳 459 kcal	イタリアンスパゲッティ ブロッコリーツナ和え クリームワッフル 828 kcal	0 kcal	ごはん 麩のすまし汁 さばのみそ煮 切り干し大根 枝豆 580 kcal	1867 kcal
25(月)	コモパン コーンスープ ハッシュポテト チーズ りんごジュース 572 kcal	お弁当(献立別紙) 700 kcal	kcal	お弁当(献立別紙) 705 kcal	1977 kcal