

予定献立表

特別養護老人ホーム知多

令和8年5月1日～令和8年5月7日

	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)
朝食	ご飯 みそ汁(えのき、麩) ミートボールのケチャップソテー れんこんサラダ(朝食用) 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(とうがん、あさつき) さつま揚げの煮物 とろろ 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(なす、葱) 金平ごぼう 白菜のゆかり和え 昆布佃煮 牛乳	ご飯 みそ汁(舞茸、油揚げ) 野菜つみれの煮物 キャベツの彩酢物(朝食用) 梅びしお 牛乳	ご飯 みそ汁(えのき、葱) 笹かま煮 里芋の大豆クリーム煮(朝食用) 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(なめこ、葱) 切干大根の煮物 胡瓜のフレーク和え のりつくだ煮 牛乳	ご飯 みそ汁(豆腐、あさつき) 厚焼き卵 オクラの生姜和え ふりかけ 牛乳
	たぬききしめん さらさ焼き 小松菜のわさび和え	ご飯 鮭のバターしょうゆ焼 もやしのコンソメソテー キャベツのサラダ みそ汁(玉ねぎ、わかめ)	ご飯 赤魚の黄金焼き 華風炒め カリフラワーの明太和え 清汁	ご飯 鶏肉の卸ししょうゆ焼 ビーフンソテー いんげんのドレッシング和え みそ汁(もやし、あさつき)	ちらし寿司 めばるのごま焼き 水菜と白菜の梅おかか和え 清汁	ご飯 味噌カツ とうがんのカニあんかけ 小松菜のわさび和え みそ汁(玉ねぎ、油揚げ、わかめ)	野菜炒めラーメン ギョーザ 春菊のゆず和え
間食	プリン	オレンジゼリー	ヨーグルト	杏仁豆腐	抹茶ゼリー	フルーツ(もも、みかん)	コーヒーゼリー
夕食	ご飯 鶏肉と里芋の煮物 なすとピーマンのオイスター炒め 枝豆と海老の和え物	ご飯 豆腐と挽き肉のにら炒め 筍の土佐煮 スナックエンドウのドレ和え	ご飯 豚肉のスタミナ炒め さつまいもの甘煮 ほうれん草のなめたけ和え	ご飯 ぶりの蒲焼き じゃがいもの金平 菜の花のからし和え	ご飯 豆腐ハンバーグ あんかけ なすの炒め物 チンゲン菜のポン酢和え	ご飯 白身魚のムニエル かぼちゃの煮付 れんこんのドレ和え	ご飯 ピザ風はんぺん 白菜のクリーム煮 ごぼうサラダ
	エネルギー 1581 kcal たんぱく 67.2 g 脂質 49.7 g	エネルギー 1517 kcal たんぱく 67.8 g 脂質 40.2 g	エネルギー 1480 kcal たんぱく 66.9 g 脂質 36.9 g	エネルギー 1642 kcal たんぱく 69.9 g 脂質 48.1 g	エネルギー 1457 kcal たんぱく 65.6 g 脂質 31.1 g	エネルギー 1568 kcal たんぱく 67.5 g 脂質 38.9 g	エネルギー 1539 kcal たんぱく 61.5 g 脂質 45.6 g
栄養素							

予定献立表

特別養護老人ホーム知多

令和8年5月8日～令和8年5月14日

	5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)
朝食	ご飯 みそ汁(舞茸、油揚げ) れんこんと昆布の煮物 チンゲン菜のピーナッツ和え かつお節味噌 牛乳	ご飯 みそ汁(茄子、麩) ひじきの煮物 いんげんのごま和え 漬物 牛乳	食パン コンソメスープ ウインナーソテー マカロニサラダ(朝食用) マーガリン 牛乳	ご飯 みそ汁(豆腐、あさつき) 里芋のそぼろ煮 キャベツの洋風和え 山椒ちりめん 牛乳	ご飯 みそ汁(かぼちゃ、葱) 切り昆布の煮物 春菊の中華風和え物 漬物 牛乳	ご飯 みそ汁(小松菜、麩) かみつみれの煮物 ふきのお浸し のりつくだ煮 牛乳	ご飯 みそ汁(さつまいも、油揚げ) 高野豆腐の寄せ煮(朝食用) きゅうりのゆず和え 漬物 牛乳
	ご飯 鶏肉の香草焼 揚げ里芋のピリ辛あん 大根の酢の物 コンソメスープ	中華丼 さつまいもの甘煮 ほうれん草のわさび和え 中華スープ	ポークカレー(非常食) もやしとニラのソテー キウリとササミの和え物	ご飯 揚げつけカレイ 青菜とエビの炒め物 根みつばと玉ねぎの柚子胡椒和え みそ汁(舞茸、葱)	ご飯 鶏ももの塩麹焼き ブロッコリーのソテー スナップエンドウと玉ねぎのマヨ和え みそ汁(もやし、ワカメ)	おろしそば 炒り豆腐 白菜のゆかり和え	ご飯 かぼちゃコロケ&ホタテフライ 金平ごぼう ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(なめこ、あさつき)
間食	バナナ	リンゴゼリー	フルーチェ	ピーチゼリー	パインゼリー	ヨーグルト	オレンジ
夕食	ご飯 ほっけの煮つけ かぶの煮物 アスパラのツナ和え	ご飯 厚揚げの明太マヨネーズ焼 当座煮 金時豆	ご飯 めばるの照り焼き 春雨炒め オクラのポン酢風味	ご飯 豚肉の香味炒め 白菜の煮物 筍の梅味噌和え	ご飯 さばの塩焼 なすの煮物 胡瓜と蟹カマの和え物	ご飯 ゆで豚と野菜のねぎだれ 里芋のにっころがし れんこんのドレ和え	ご飯 赤魚のおかか焼き ひじきの煮物 もやしの華風和え
	エネルギー 1472 kcal たんぱく 55.2 g 脂質 35.7 g	エネルギー 1549 kcal たんぱく 53.4 g 脂質 29.6 g	エネルギー 1552 kcal たんぱく 60.2 g 脂質 46.5 g	エネルギー 1498 kcal たんぱく 69.3 g 脂質 35.5 g	エネルギー 1493 kcal たんぱく 61.3 g 脂質 43.7 g	エネルギー 1468 kcal たんぱく 64.9 g 脂質 36.6 g	エネルギー 1463 kcal たんぱく 52.5 g 脂質 34.2 g
栄養素							

