

12月 特養献立表

寝屋川十字の園

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
朝食			白粥 麩の卵とじ 刻きゆり漬	芋あんぱん ヨーグルト コーヒー牛乳	白粥 きゃべつの煮びたし(朝) かつおでんぶ	ロールパン スクランブルエッグ ジャム	味噌おじや 金時豆
昼食			赤飯 肉じゃが キャベツの和え物 味噌汁(たまご)	ごはん 豚の生姜焼き ポテトサラダ 味噌汁(とうふ・なめこ)	ごはん 鶏の照焼 いんげんの和え物 素麺汁	ごはん サバの揚げあんかけ ほうれん草の浸し 吸物(花ふ)	ごはん 白身魚のカレームニエル さつま芋サラダ グリーンピースのスープ
夕食			ごはん 鮭の塩焼き 焼きビーフン みかん缶	巻き寿司 里芋の煮っころがし 茶碗蒸し	ごはん 鯖のみそマヨ焼き・ じゃが芋の金平 パイン缶	みそラーメン チンゲン菜ソテー オレンジ	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ 白菜のかつお和え キウイ
カロリー			1170 kcal	1363 kcal	1169 kcal	1085 kcal	1277 kcal
日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
朝食	玉子粥 イワシの梅煮	梅粥 白菜煮浸し(朝)	白粥 南瓜煮つけ(朝) のり佃煮	ブリオッシュクリームパン ヨーグルト ココア	芋粥 がんと煮つけ(朝) 桜漬け	黒糖食パン ポテトサラダ ジャム	五目粥 べったら漬
昼食	フレンチトースト○ スパゲティサラダ ミルクティー	ごはん 野菜炒め 里芋の煮っころがし 味噌汁(白菜)	ごはん 白身魚の野菜のせ チキンサラダ コンソメスープ	ごはん 鰹の南蛮漬け 切干大根 のっぺい汁	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 菜の花お浸し むらくも汁	親子丼○ ほうれん草のお浸し 味噌汁(きゃべつ・玉ねぎ・わかめ)	ごはん 麻婆豆腐 えびシウマイ 春雨スープ
夕食	ごはん 鯖の味噌煮○ 春菊ピーナツ和え 黄桃缶	ごはん ほっけの照焼 大根そぼろ煮 フルーツカクテル缶	ごはん 牛肉と大根の旨煮 チンゲン菜の胡麻和え みかん	ごはん グラタン(マカロニ) キャベツのスープ煮 パイナップル	焼きそば かぼちゃサラダ カルピスゼリー	ごはん 鯖の香り煮 白菜煮浸し 白桃缶	ごはん サンマの塩焼き 高野豆腐の卵とじ デザートムース
カロリー	1186 kcal	1049 kcal	1012 kcal	1557 kcal	981 kcal	1253 kcal	1171 kcal
日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
朝食	味噌おじや 大白花豆	玉子粥 里芋の煮物(朝)	白粥 豆腐のなめこ煮(朝) しその実漬け	こしあんパン ヨーグルト コーヒー牛乳	茶粥 さつま芋の甘煮(朝) 梅干し	ロールパン たまごサラダ ジャム	梅粥 だし巻き玉子
昼食	パーム 鶏肉のトマト煮 キャベツソテー 紅茶	ごはん 鶏のピカタ スパゲティサラダ コーンスープ	ごはん さけのパン粉焼き ポテトサラダ 野菜スープ	オムライス 大豆サラダ ミルクスープ	ごはん ハンバーグ 海老とブロッコリーのサラダ 人参スープ	ごはん 鶏の唐揚げ 春雨サラダ 中華風コーンスープ	ハヤシライス さつま芋サラダ 杏仁豆腐
夕食	ごはん 鮭の塩焼き ほうれん草のごま和え○ 甘夏缶	ごはん 赤魚の煮つけ チンゲン菜の煮浸し 柿	鶏卵うどん じゃが芋煮 黄桃缶	A.カツ丼 B.マグロ丼 セロリ酢物 メロン	ごはん 鯖の照り焼き キャベツのかつお和え りんご	ごはん あじの塩焼き チンゲン菜の胡麻和え キウイ	えびピラフ さけのクリームソースかけ ブロッコリーのサラダ
カロリー	1164 kcal	1275 kcal	1182 kcal	1605 kcal/1485kcal	1283 kcal	1234 kcal	1349 kcal

12月 特養献立表

寝屋川十字の園

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
朝食	五目粥 たくあん	味噌おじや 金時豆	白粥 きゃべつの煮びたし(朝) かつおでんぶ	黒糖みるく ヨーグルト ココア	白粥 麩の卵とじ 刻きゅうり漬	黒糖ロールパン ミルクスープ ジャム	梅粥 だし巻き玉子
昼食	サンドイッチ ジャーマンポテト コーヒー牛乳	ごはん さばの煮つけ 五目豆 粕汁	ごはん 八宝菜 きゅうりの中華あえ たまごスープ	ごはん 焼肉 拌三絲 味噌汁(さつまいも)	ごはん サーモンムニエル マカロニサラダ コンソメスープ	炊き込みご飯 カレイの塩焼き きんぴらごぼう かき卵汁	チャーハン 焼き餃子 わかめスープ
夕食	ごはん 肉豆腐 ひじき炒め煮 みかん缶	ごはん ロールキャベツ(コンソメ) チンゲン菜ソテー デザートムース	ごはん ミンチカツ 大根サラダ バナナ	みそラーメン じゃが芋の金平 牛乳プリン	ごはん 筑前煮 ほうれん草のおかかあえ オレンジ	ごはん すき焼き煮 春菊くるみ和え パイン缶	ごはん 鯛の蒲焼 白菜和え物 オレンジ
カロリー	1175 kcal	1401 kcal	1189 kcal	1392 kcal	1230 kcal	1231 kcal	1114 kcal
日付	27日	28日	29日	30日	31日		
朝食	玉子粥 イワシかつお煮	五目粥 べったら漬	白粥 南瓜煮つけ(朝) のり佃煮	クリームパン ヨーグルト コーヒー牛乳	味噌おじや 金時豆		
昼食	カスタードリング ビーフシチュー キャベツのスープ煮 ミルクティー	ごはん 豚肉のバター醤油炒め マカロニサラダ 味噌汁(麩)	ごはん 鮭の塩こうじ焼 きゃべつの煮浸し 豚汁	ごはん 柳川風煮 春菊辛子和え 吸物(花ふ)	ご飯 あじの塩焼き 五目豆 かき卵汁		
夕食	ごはん ほっけの塩焼き 菜の花お浸し 甘夏缶	ごはん 鯖の味噌煮 ふろふき大根きのこあん 白桃缶	ごはん 肉豆腐 ほうれん草くるみあえ みかん	ごはん 赤魚の煮つけ じゃが芋の金平 黄桃缶	にしんおろしそば ほうれん草のおかかあえ デザートムース		
カロリー	1156 kcal	1304 kcal	1131 kcal	1244 kcal	939 kcal		