

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	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
朝食	味噌おじや 金時豆	白粥 大根煮つけ(朝) 刻きゅうり漬	五目粥 イワシかつお煮	おいもクリームパン ヨーグルト ココア	白粥 麩の卵とじ かつおでんぶ	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	カスタードリング ビーフシチュー サラダ(キャベツ・ゴマドレ) ミルクティー	親子丼 ○ かぼちゃのいとこ煮 味噌汁(キャベツ・しめじ)	炊き込みご飯 鯖の塩焼き 菜の花辛子和え 吸物(花ふ)	ごはん 八宝菜 きゅうりの中華あえ たまごスープ	散らし寿司 ほうれん草のおかかあえ 赤だし(豆腐)	ごはん カレイの野菜のせ ごぼうサラダ 野菜スープ	ごはん 豚の生姜焼き スパゲティサラダ 味噌汁(とうふ・なめこ)
夕食	ごはん カレイの煮つけ 五目豆 パイン缶	ごはん 鯖のマヨネーズ焼き 白菜煮浸し 柿	ごはん コロッケ ほうれん草ソテー 洋梨缶	ごはん あじの塩焼き 焼きビーフン デザートムース	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	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ 菜の花お浸し オレンジ	カレーうどん 大根煮物 水ようかん
カロリー	1222 kcal	1166 kcal	1415 kcal	1262 kcal	1145 kcal	1124 kcal	1078 kcal
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
朝食	玉子粥 南瓜煮つけ(朝)	白粥 きゃべつの煮びたし(朝) しその実漬	味噌おじや 大青花豆	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 スクランブルエッグ ジャム	五目粥 イワシの梅煮
昼食	トースト スクランブルエッグ ポテトサラダ ミルクティー	ハヤシライス 海老とブロッコリーのサラダ 杏仁豆腐	ごはん さけのクリームソースかけ いんげんとツナのサラダ コンソメスープ	オムライス かぼちゃサラダ グリーンピースのスープ	ごはん ハンバーグ 春雨サラダ コーンスープ	ごはん 鶏のピカタ マカロニサラダ ミルクスープ	ごはん カレイのムニエル チキンサラダ 人参スープ
夕食	ごはん 旨煮 ほうれん草くるみあえ 黄桃缶	ごはん ほっけの照焼 高野豆腐の卵とじ 甘夏缶	ごはん 牛肉と大根の旨煮 春菊辛子和え みかん缶	かき揚げ丼 きゅうりとかにカマの酢の物 メロン	ごはん 鯛の蒲焼 切干大根 りんご	ミートスパゲティ ブロッコリーのサラダ 抹茶ムース	ごはん 筑前煮 小松菜浸し 白桃缶
カロリー	1223 kcal	1230 kcal	1134 kcal	1417 kcal	1298 kcal	1387 kcal	1220 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	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
朝食	梅粥 だし巻き玉子	白粥 チンゲン菜の煮浸し(朝) のり佃煮	玉子粥 里芋の煮物(朝)	丹波黒豆ミルク ヨーグルト ココア	芋粥 がんと煮つけ(朝) 桜漬け	黒糖ロールパン ポテトサラダ ジャム	味噌おじや 金時豆
昼食	たまご蒸しパン・北海道ミルク クリームシチュー キャベツのカレーソテー 紅茶	ごはん さけのオープン焼き 大豆サラダ 野菜スープ	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 菜の花お浸し 吸物(はんぺん)	ごはん 鶏の照焼 南瓜煮つけ のっぺい汁	ごはん 野菜炒め さつま芋サラダ 味噌汁(たまご)	ごはん カレイの揚げ浸し 里芋の煮ころがし 沢煮椀	ごはん 麻婆豆腐 えびシュウマイ 中華風コーンスープ
夕食	ごはん あじの塩焼き 豆腐のきのこ煮 フルーツカクテル缶	ごはん おでん きんぴらごぼう バナナ	ごはん 豚の塩麹炒め ひじき豆 デザートムース	えびピラフ クリームコロッケ ブロッコリーのサラダ いちご	ごはん ほっけの照焼 おから オレンジ	あんかけ焼きそば チンゲン菜ソテー カルピスゼリー	ごはん 鱈の照り焼き ふろふき大根 パイン缶
カロリー	1177 kcal	1338 kcal	1035 kcal	1595 kcal	1215 kcal	1178 kcal	1302 kcal
日付	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
朝食	五目粥 イワシかつお煮	白粥 南瓜煮つけ(朝) 刻きゅうり漬	梅粥 だし巻き玉子	黒糖みるく ヨーグルト コーヒー牛乳	白粥 豆腐のなめこ煮(朝) 梅びしお	ロールパン たまごサラダ ジャム	
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 鮭の塩焼き 高野豆腐の卵とじ 豚汁	ごはん 焼肉 拌三絲 たまごスープ	ごはん 鶏の唐揚げ キャベツのかつお和え 味噌汁(さつまいも)	ごはん 柳川風煮 春菊ピーナツ和え 吸物(はんぺん)	ごはん あじの塩焼き 五目豆 かき卵汁	
夕食	ごはん 旨煮 チンゲン菜のなめ茸和え 洋梨缶	ごはん 豚肉のバター醤油炒め 大根そぼろ煮 みかん缶	ごはん 赤魚の煮つけ 白菜煮浸し パイナップル	ごはん 鯖の味噌煮 ○ 菜の花辛子和え 黄桃缶	ごはん サーモンムニエル スパゲティサラダ 甘夏缶	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	1210 kcal	1214 kcal	1057 kcal	1364 kcal	1212 kcal	940 kcal	