

予定献立・調理名一覧表

常食

2024年11月25日 ~ 2024年12月1日

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	1日(日)	
朝	御飯 オムレツ 青梗菜の桜比 [®] 和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 肉詰めいなり 山芋の酢の物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 ゴーヤチャンプル 胡瓜とツナの和え物 しそ昆布 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 卵の花 かぶのおかか煮 味噌汁 ヨーグルト ミルクティー 	御飯 いわしのかつお煮 野菜炒め 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 納豆和え ぜんまいの煮物 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 ハム入り野菜炒め かぶの煮物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	
昼	御飯 ヒレカツ もずく酢 すまし汁 グレープフルーツ 	塩ラーメン 海鮮えび餃子 柿なます りんご 	ドライカレー サラダ コンソメスープ オレンジ 	りんごパン ビーフシチュー シーチキンサラダ キウイフルーツ 	御飯 ホキのケイジャン焼 なめ苺みぞれ和え 味噌汁 フルーツカクテル 	☆スペシャルランチ☆ にぎり寿司 茄子のはさみ揚げ 茶碗蒸し すまし汁 みかん 		海鮮ばらちらし 天ぷら盛合せ 豚の角煮 すまし汁 フルーツ盛合せ 
間	キットカット	とろける杏仁豆腐	栗カステラまんじゅう	スイートポテト	チップスターコンソメ	ぶどうゼリー	ダブルベリーケーキ	
夕	御飯 かじきのバター醤油焼 ところてん 桜漬 沢煮椀 	御飯 鯖のバジル焼き 茄子の味噌炒め ザーサイ 春雨スープ 	御飯 親子煮 ごぼうサラダ キャベツのしその実和え 五目スープ 	御飯 鮭の西京焼 南瓜のいとこ煮 白菜漬 味噌汁 	御飯 豚の生姜焼 ひじきの煮物 たくあん 味噌汁 	御飯 豆腐ステーキ 温泉卵 しば漬 若竹汁 	御飯 おでん ひじきの炒め煮 しそ昆布 味噌汁 	
	I初 [®] たんぱく質 1369kcal 脂質 60.4g 炭水化物 35.3g 食塩相当量 194.1g 5.6g 0	I初 [®] たんぱく質 1449kcal 脂質 61.6g 炭水化物 30.4g 食塩相当量 225.8g 7.4g 0	I初 [®] たんぱく質 1436kcal 脂質 59.0g 炭水化物 35.2g 食塩相当量 214.5g 7.3g 0	I初 [®] たんぱく質 1401kcal 脂質 59.3g 炭水化物 31.8g 食塩相当量 215.4g 6.7g 0	I初 [®] たんぱく質 1415kcal 脂質 63.5g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 203.2g 7.7g 0	I初 [®] たんぱく質 1388kcal 脂質 64.6g 炭水化物 37.0g 食塩相当量 191.7g 7.8g 0	I初 [®] たんぱく質 1442kcal 脂質 60.0g 炭水化物 35.3g 食塩相当量 215.0g 6.8g 0	

2024年12月9日 ~ 2024年12月15日

	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)
朝	御飯 目玉焼 凍豆腐の含め煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 生揚げ煮 かつらのわさび和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 いかと里芋の煮物 炒り卵の花 かっぱ漬 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 桜比と麩の卵とじ 長いもの梅しそ和え 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト 	御飯 信田煮 白菜の柚子香和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 五目金平 山芋の酢の物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 白滝と鶏ひきの炒め煮 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 
昼	御飯 メカジキの西京焼 さつま芋の甘煮 味噌汁 りんご 	焼きそば 厚焼き卵 のっぺい汁 アロエシロップ漬 	御飯 豆腐ハンバーグ かぶとしらすの和え物 すまし汁 洋梨缶 	ローション・ジャパソ 鮭の香草パン粉焼き コーンポタージュ キウイフルーツ 	御飯 鰯フライ 炒めなます 味噌汁 バナナ 	御飯 ブルコギ 竹輪と三つ葉の和え物 味噌汁 グレープフルーツ 	御飯 ミートローフ 白菜としめじのお浸し 吉野汁 黄桃缶 
間	ソファールレモン	はちみつケーキ	山形県産ワインゼリー	あんみつ	うす焼サラダせんべい	金時甘納豆	バナナムース
夕	御飯 鶏大根 緑酢和え 昆布佃煮 すまし汁 	御飯 青椒肉絲 菜の花のからし和え つぼ漬 味噌汁 	御飯 鯖のみりん醤油漬 冬瓜の煮物 わかめの磯漬 味噌汁 	御飯 肉じゃが 春菊のおかか和え かっぱ漬 味噌汁 	本日の選択食は A: 麻婆茄子 B: 八宝菜 御飯 春雨サラダ ザーサイ 中華スープ です！お楽しみに♪ 	御飯 鯖のバジル焼 もやしの菜種和え しば漬 すまし汁 	御飯 かにたま 里芋のそぼろ煮 桜漬 味噌汁 
	I初キ - 1361kcal たんぱく質 62.5g 脂質 26.8g 炭水化物 214.0g 食塩相当量 7.6g 0	I初キ - 1386kcal たんぱく質 60.7g 脂質 38.0g 炭水化物 194.0g 食塩相当量 7.5g 0	I初キ - 1420kcal たんぱく質 63.3g 脂質 27.6g 炭水化物 222.5g 食塩相当量 7.5g 0	I初キ - 1448kcal たんぱく質 59.6g 脂質 34.1g 炭水化物 221.9g 食塩相当量 7.0g 0	I初キ - 1444kcal たんぱく質 57.4g 脂質 34.9g 炭水化物 202.8g 食塩相当量 7.5g 0	I初キ - 1438kcal たんぱく質 59.7g 脂質 35.0g 炭水化物 214.9g 食塩相当量 6.8g 0	I初キ - 1449kcal たんぱく質 61.9g 脂質 32.7g 炭水化物 212.1g 食塩相当量 7.6g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2024年12月16日 ~ 2024年12月22日

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝	御飯 にしんの甘露煮 野菜炒め 味噌汁 白ぶどうジュース ヨーグルト	御飯 五目大豆 春菊と椎茸の和え物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 いわしのかつお煮 青梗菜とかかの和え物 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 ツナ入り炒り卵 菜の花のからし和え 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト	御飯 納豆和え 南瓜の甘煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml	御飯 しらす入り野菜炒め かぶの甘酢和え 味噌汁 ショア ヨーグルト	御飯 肉詰めいなり いんげんのごま和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml
昼	御飯 チキンチャップ かぼちゃサラダ 冬瓜スープ オレンジ	とんこつラーメン えび海鮮餃子 切干大根の中華サラダ パイン缶	御飯 味噌カツ 大根と貝柱のサラダ すまし汁 みかん	りんごパン チキンチーズ大葉巻 コンソメスープ アロエシロップ漬	ねぎとろ丼 ふきと竹輪の金平 豚汁 グレープフルーツ	御飯 めばるの煮付け 若鶏の二色巻き けんちん汁 柿	御飯 海老といかのフリッス煮 かまぼこのみぞれ和え 味噌汁 りんご
間	ひとくち桃まん	あずきババロア	ミニエクレア	焼プリンタルト	アルフォート	国産ゆずゼリー	厚切りチョコバウム
夕	御飯 スズキの幽庵焼 なすの焼き浸し 高菜漬 すまし汁	御飯 鯖のレモン照焼 高野豆腐煮 しその実漬 すまし汁	御飯 かじきのバター醤油焼 ごぼうサラダ わかめの磯漬 すまし汁	御飯 ふくさ焼き 五色なます しば漬 のっぺい汁	御飯 肉団子の甘酢あん 里芋のごま味噌かけ 桜漬 すまし汁	御飯 豆腐ステーキ 冬瓜のそぼろあん しそ昆布 吉野汁	御飯 ピーマンの肉詰め ほうれん草の菜種和え かっぱ漬 野菜椀
	I初* - 1392kcal たんぱく質 63.8g 脂質 21.7g 炭水化物 227.6g 食塩相当量 6.8g 0	I初* - 1446kcal たんぱく質 62.4g 脂質 31.7g 炭水化物 228.6g 食塩相当量 6.5g 0	I初* - 1357kcal たんぱく質 64.5g 脂質 32.2g 炭水化物 195.3g 食塩相当量 7.2g 0	I初* - 1405kcal たんぱく質 56.5g 脂質 40.5g 炭水化物 203.4g 食塩相当量 6.9g 0	I初* - 1441kcal たんぱく質 55.6g 脂質 40.2g 炭水化物 207.3g 食塩相当量 6.2g 0	I初* - 1396kcal たんぱく質 63.7g 脂質 22.4g 炭水化物 226.0g 食塩相当量 6.8g 0	I初* - 1393kcal たんぱく質 58.3g 脂質 28.9g 炭水化物 218.4g 食塩相当量 7.5g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2024年12月23日 ~ 2024年12月29日

	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝	御飯 ウィナー入り厚巻卵 大根のおかか煮 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 大豆とひじきの炒り煮 青梗菜のお浸し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 信田煮 レンコンの梅肉和え 味噌汁 ヨーグルト アシドミルク 牛乳(冷)150ml 	御飯 だし巻き卵 いんげんの炒め煮 味噌汁 ミルクティー ヨーグルト 	御飯 しらたき金平 あさりの酢味噌和え しそ昆布 すまし汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 さつま揚げの煮物 小松菜のおかか和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 にしんの甘露煮 胡瓜としらすの酢の物 梅干し 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 
昼	御飯 鶏の山賊焼 ジャーマンポテト かきたまスープ オレンジ 	焼きうどん 厚焼きたまご すまし汁 柿 	オムライス クリスマスオードブル スモークサモンのサラダ マセドアンスープ りんごのコンポート 	サンドイッチ ポークビーンズ コーンポタージュ キウイフルーツ 	シーフードカレー サラダ コンソメスープ 洋なし缶 	御飯 ホキのケイジャン焼 五色なます 味噌汁 グレープフルーツ 	御飯 ハバークおろしポソ酢 かつらのわさび和え すまし汁 黄桃缶 
間	静岡産お茶プリン	生クリームワッフル	クリスマスデザート	スイートポテト	歌舞伎揚げ	チップスターコンソメ	プリン
夕	御飯 鱈の青じそ香味焼 なすの焼き浸し 高菜漬 すまし汁 	御飯 肉豆腐 三色野菜のナムル たくあん漬 すまし汁 	御飯 赤魚のかぶら蒸し 南瓜のいとこ煮 うぐいす豆 味噌汁 	御飯 鯖の甘みそ漬 ほうれん草入り卵炒め かぶのしそ和え すまし汁 	本日の選択食は A: ハムサラダフライ B: 白身魚のレモンペッパー焼 御飯 高野豆腐の含め煮 しらすのおろし和え きのこ汁 です！お楽しみに♪ 	御飯 鶏の香味焼 ふうふき大根 つぼ漬 味噌汁 	御飯 赤魚の煮付け 錦糸しゅうまい ごま高菜漬 すまし汁 
	I初* - 1368kcal たんぱく質 62.4g 脂質 28.5g 炭水化物 210.5g 食塩相当量 6.8g 0	I初* - 1355kcal たんぱく質 55.1g 脂質 39.7g 炭水化物 189.9g 食塩相当量 7.9g 0	I初* - 1434kcal たんぱく質 64.6g 脂質 31.6g 炭水化物 217.2g 食塩相当量 7.7g 0	I初* - 1449kcal たんぱく質 62.8g 脂質 42.9g 炭水化物 197.2g 食塩相当量 7.5g 0	I初* - 1426kcal たんぱく質 57.9g 脂質 32.2g 炭水化物 205.4g 食塩相当量 7.8g 0	I初* - 1388kcal たんぱく質 60.7g 脂質 29.0g 炭水化物 212.7g 食塩相当量 7.5g 0	I初* - 1440kcal たんぱく質 62.5g 脂質 35.6g 炭水化物 208.6g 食塩相当量 7.6g 0

予定献立・調理名一覧表

常食

2024年12月30日

～

2025年1月5日

	30日(月)	31日(火)				
朝	御飯 白菜とつくねの煮物 キャベツの胡桃和え 味噌汁 ヨーグルト 牛乳(冷)150ml 	御飯 にらの卵とじ がんもの煮物 味噌汁 カルシウムパイン ヨーグルト 				
昼	御飯 鮭のチャップ焼き なめ苺のみぞれ和え 吉野汁 りんご 	にぎり寿司 天ぷら盛合せ 茶碗蒸し すまし汁 柿 				
間	キットカット 	アセロラゼリー 				
夕	御飯 豚の柳川風 青梗菜の醤油漬 ザーサイ 五目スープ 	年越しそば 五目厚焼きたまご さつまいものレモン煮 				
	I初葎 - 1441kcal たんぱく質 57.6g 脂質 35.5g 炭水化物 217.1g 食塩相当量 7.9g 〇	I初葎 - 1356kcal たんぱく質 57.9g 脂質 29.7g 炭水化物 200.6g 食塩相当量 7.8g 〇				