

## デイ 予定献立表

|      | 令和08年01月04日(日) |      | 令和08年01月05日(月) |         | 令和08年01月06日(火) |         | 令和08年01月07日(水) |         | 令和08年01月08日(木) |         | 令和08年01月09日(金) |         | 令和08年01月10日(土) |         |
|------|----------------|------|----------------|---------|----------------|---------|----------------|---------|----------------|---------|----------------|---------|----------------|---------|
| 昼    |                |      | ◇豚の香ばし漬け焼き定食   |         | ◇おでかけランチ(屋台)   |         | ◇ぶりの煮付け定食      |         | ◇塩ちゃんこ定食       |         | ◇豚の塩炒め定食       |         | ◇ポテトグラタンランチ    |         |
|      |                |      | 御飯             |         | ソースやきそば        |         | 御飯             |         | 御飯             |         | 御飯             |         | バターライス         |         |
|      |                |      | 豚漬け            |         | 点心(焼売)         |         | ぶりの煮付け         |         | 擬製豆腐           |         | 豚肉の旨塩炒め        |         | ポテトグラタン        |         |
|      |                |      | ほうれん草の和え物      |         | フルーツ缶(パイ)      |         | しぎ茄子           |         | かに入りコロッケ       |         | じゃが芋の煮物        |         | 人参サラダ          |         |
|      |                |      | フルーツ缶(黄桃)      |         | ゆかりおにぎり        |         | グレープゼリー        |         | りんごムース         |         | アロハゼリー         |         | フルーツ缶(洋梨)      |         |
|      |                |      | けんちん汁          |         |                |         | 5品目の清汁         |         | 塩ちゃんこスープ       |         | つみれ汁           |         | かぼちゃのスープ       |         |
| 15時  |                |      | マドレーヌ          |         | おやつ(ようかん)      |         | 蒸しパン(黒糖)       |         | 練りきり           |         | 今川焼き(カスタード)    |         | チョコレートムース      |         |
|      |                |      | 牛乳             |         | 牛乳             |         | 牛乳             |         | 緑茶             |         | ココア            |         | 牛乳             |         |
| 栄養量  | I単位 -          | kcal | I単位 -          | 604kcal | I単位 -          | 640kcal | I単位 -          | 719kcal | I単位 -          | 682kcal | I単位 -          | 686kcal | I単位 -          | 606kcal |
|      | 蛋白質            | g    | 蛋白質            | 24.8g   | 蛋白質            | 20.4g   | 蛋白質            | 29.9g   | 蛋白質            | 22.9g   | 蛋白質            | 23.8g   | 蛋白質            | 23.9g   |
|      | 脂質             | g    | 脂質             | 21g     | 脂質             | 15.7g   | 脂質             | 30.8g   | 脂質             | 27.6g   | 脂質             | 26g     | 脂質             | 11.1g   |
|      | 炭水化物           | g    | 炭水化物           | 80g     | 炭水化物           | 103.7g  | 炭水化物           | 84.2g   | 炭水化物           | 88.9g   | 炭水化物           | 90.5g   | 炭水化物           | 104.1g  |
|      | 食塩相当           | g    | 食塩相当           | 2.3g    | 食塩相当           | 3g      | 食塩相当           | 2.7g    | 食塩相当           | 2.9g    | 食塩相当           | 2.2g    | 食塩相当           | 3g      |
|      |                |      |                |         |                |         |                |         |                |         |                |         |                |         |
| 軟菜食  |                |      | ◇豚の香ばし漬け焼き定食   |         | ◇おでかけランチ(屋台)   |         | ◇ぶりの煮付け定食      |         | ◇塩ちゃんこ定食       |         | ◇豚の塩炒め定食       |         | ◇ポテトグラタンランチ    |         |
|      |                |      | 御飯             |         | ソースやきそば        |         | 御飯             |         | 御飯             |         | 御飯             |         | バターライス         |         |
|      |                |      | 豚漬け            |         | 点心(焼売)         |         | ぶりの煮付け         |         | 擬製豆腐           |         | 豚肉の旨塩炒め(粥)     |         | ポテトグラタン        |         |
|      |                |      | ほうれん草の和え物      |         | パイゼリー          |         | しぎ茄子           |         | かに焼売           |         | じゃが芋の煮物        |         | 人参サラダ          |         |
|      |                |      | フルーツ缶(黄桃)      |         |                |         | グレープゼリー        |         | りんごムース         |         | アロハゼリー         |         | フルーツ缶(洋梨)      |         |
|      |                |      |                |         |                |         | 5品目の清汁         |         | 塩ちゃんこスープ       |         | つみれ汁           |         | かぼちゃのスープ       |         |
| ソフト食 |                |      | 全粥             |         | 全粥             |         | 全粥             |         | 全粥             |         | 全粥             |         | 全粥             |         |
|      |                |      | 豚肉の生姜焼き        |         | 八宝菜            |         | 赤魚の煮つけ         |         | 炒り豆腐           |         | たまごの甘酢あん       |         | 鶏のクリーム煮        |         |
|      |                |      | &ほうれん草のバター炒め   |         | &いんげんのごま和え     |         | &にんじん          |         | &ひじき煮          |         | &いんげんのごま和え     |         | &ほうれん草のバター炒め   |         |
|      |                |      | ピーチゼリー         |         | のり佃煮           |         | グレープゼリー        |         | りんごムース         |         | アロハゼリー         |         | 和梨ゼリー          |         |
|      |                |      | すまし汁           |         | パイゼリー          |         | すまし汁           |         | 塩ちゃんこスープ       |         | すまし汁           |         | かぼちゃのスープ       |         |
|      |                |      |                |         |                |         |                |         |                |         |                |         |                |         |

※牛乳はたんぱく質強化の牛乳(乳飲料)です。 ※材料仕入の都合により多少メニューが変更されることがありますので、あらかじめご了承ください。