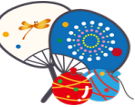


掲示用献立表

入居者（Aメニュー）

日付	2026年07月27日(月)	2026年07月28日(火)	2026年07月29日(水)	2026年07月30日(木)	2026年07月31日(金)	2026年08月01日(土)	2026年08月02日(日)
朝食	米飯 ひじき煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ 	米飯 大根のドレ和え 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 キャベツのソテー 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 白菜のおかか煮 味噌汁 ヤクルト のり佃煮 	米飯 卵とじ 味噌汁 ヤクルト のり佃煮	米飯 カリフラワーのサラダ 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 白菜のおかか煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ 
昼食	夏野菜カレー カリフラワーサラダ フルーツヨーグルト 漬物	米飯 豚肉の味噌漬け焼き キャベツのサラダ すまし汁 果物	米飯 牛肉炒め煮 もやしのサラダ 中華スープ 果物 	米飯 エビフライ 冷奴 味噌汁 果物	米飯 鶏肉ソテーおろしポン酢かけ 焼きビーフン すまし汁 果物	米飯 太刀魚幽庵焼き 五目煮豆 すまし汁 デザートムース	米飯 鶏のマスタード焼き 付) ブロッコリーの彩りサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト
おやつ	チョコプチケーキ	ようかん	クレープ	ジャムケーキ	いちごゼリー	きなこケーキ	ワッフル
夕食	米飯 鶏肉の焼き浸し 高野豆腐含め煮 ほうれん草の湯葉和え すまし汁	米飯 ホキのムニエル 付) 茄子のオイスターソース炒め マカロニサラダ コンソメスープ 	米飯 ホキの香草パン粉焼き じゃが芋のピリ辛炒め ほうれん草のサラダ コンソメスープ	米飯 メバルの煮付け 茄子とそうめんの煮物 わかめ酢の物 味噌汁	米飯 オムレツ (ソース)  根菜のそぼろ煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ	米飯 豚肉と厚揚げのオイスター炒め ほうれん草炒め 大根とめかぶの和え物 味噌汁	米飯 鱈の南蛮漬け さつまいも甘煮 キャベツのサラダ かき玉汁
一日合計	エネルギー 1693 kcal 蛋白質 52.0 g 炭水化物 243.7 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1486 kcal 蛋白質 48.4 g 炭水化物 238.4 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1410 kcal 蛋白質 49.5 g 炭水化物 238.1 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1510 kcal 蛋白質 46.4 g 炭水化物 258.7 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1464 kcal 蛋白質 50.3 g 炭水化物 235.0 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1546 kcal 蛋白質 52.1 g 炭水化物 244.2 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1491 kcal 蛋白質 49.2 g 炭水化物 248.3 g 食塩 6.7 g