

掲示用献立表

入居者（Aメニュー）

日付	2026年08月31日(月)	2026年09月01日(火)	2026年09月02日(水)	2026年09月03日(木)	2026年09月04日(金)	2026年09月05日(土)	2026年09月06日(日)
朝食	米飯 白菜の炒め煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 大根の炒め煮 味噌汁 ヤクルト ふりかけ 	米飯 ほうれん草の煮浸し 味噌汁 ヤクルト 梅びしお	米飯 ひじき煮 味噌汁 ヤクルト 海苔佃煮	米飯 カリフラワーの和え物 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 ジャーマンポテト 味噌汁 ヤクルト ふりかけ	米飯 さつまいもサラダ 味噌汁 ヤクルト のり佃煮 
昼食	米飯 えびフライ 付) カリフラワーのツナサラダ コンソメスープ 果物	五目ごはん きつねうどん 茄子の味噌炒め デザートムース	米飯 鶏肉の味噌漬け焼き もやしの梅和え すまし汁 果物 	梅じそわかめご飯 焼きそば 白菜のポン酢和え 味噌汁 果物	米飯 タルタル焼き 付) もやしの中華和え 味噌汁 果物	米飯 牛しぐれ煮 ほうれん草のツナ和え 味噌汁 果物 	米飯 魚の香草パン粉焼き 酢の物 すまし汁 果物
おやつ	ワッフル	アイス	ほうじ茶プリン	黒糖入りまんじゅう	どら焼き	ワッフル	水ようかん
夕食	米飯 照り焼きハンバーグ 付) ほうれん草と豚肉の炒め煮 冷奴 かき玉汁 	米飯 和風たまご焼き つみれとしろなの煮物 さつま芋サラダ 味噌汁	米飯 牛焼き肉風 細切り昆布煮 マカロニサラダ 中華スープ	米飯 鯖の西京焼き 付) 大根の旨煮 ブロッコリーのごま和え すまし汁 	米飯 大豆入つくね焼き 付) いんげんソテー 茄子の生姜和え すまし汁	米飯 太刀魚の柚香焼き 里芋炒め煮 大根とめかぶの和え物 味噌汁	米飯 厚揚げと鶏肉の野菜炒め 南瓜の煮物 茄子のおかか和え すまし汁
一日合計	エネルギー 1550 kcal 蛋白質 52.6 g 炭水化物 240.0 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1510 kcal 蛋白質 40.7 g 炭水化物 260.2 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1436 kcal 蛋白質 49.1 g 炭水化物 235.0 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1517 kcal 蛋白質 50.7 g 炭水化物 244.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1466 kcal 蛋白質 53.3 g 炭水化物 241.9 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1499 kcal 蛋白質 51.9 g 炭水化物 232.7 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1563 kcal 蛋白質 44.4 g 炭水化物 289.0 g 食塩 8.0 g