

週間献立表

特養みなと弘済園

普通食

2026年01月11日（日）～ 2026年01月17日（土）

	1月11日(日)	1月12日(月)	1月13日(火)	1月14日(水)	1月15日(木)	1月16日(金)	1月17日(土)
朝食	◇ロールパン ◇ブロッコリーのサラダ ◇コーヒーマル ◇低糖ヨーグルト	◇御飯 ◇がんもの煮物 ◇味噌汁 ◇漬物	◇焼きたてパン ◇マカロニサラダ ◇ジョアブルーベリー ◇果物缶(黄桃)	◇菓子パン ◇豆サラダ ◇牛乳 ◇イチゴゼリー70g	◇御飯 ◇つみれとかぶの柚子煮 ◇清まし汁 ◇梅びしお	◇菓子パン ◇胡麻ドレ和え ◇ジョアマスカット ◇果物缶(みかん)	◇菓子パン ◇ミニトマト ◇牛乳 ◇パインムース
昼食	◇御飯 ◇鶏肉のくるみ味噌焼き ◇ひじき和え ◇清まし汁	◇御飯 ◇鯖のパン粉焼き ◇グリーンサラダ ◇コンソメスープ ◇バナナ	◇御飯 ◇鶏肉の大葉わさび炒め ◇ブロッコリーの塩胡麻和え ◇清まし汁	A定食 ◇御飯 ◇青椒肉絲 ◇オクラの中華サラダ ◇わかめスープ	◇御飯 ◇豚丼 ◇春菊の辛子和え ◇味噌汁	*鉄分補給* ◇御飯(1/2) ◇あさりのクリームパスタ ◇ひよこ豆のトマト煮 ◇ココアプリン	◇御飯 ◇赤魚の竜田揚げ ◇小松菜のしらす和え ◇清まし汁
				B定食 ◇御飯 ◇鱈の黒酢あんかけ ◇オクラの中華サラダ ◇わかめスープ			
夕食	◇御飯 ◇カレイの柚子煮 ◇小松菜の和風炒め ◇味噌汁	◇御飯 ◇豚とじ ◇いんげんの煮物 ◇味噌汁	◇御飯 ◇家常豆腐 ◇ビーフンサラダ ◇中華スープ	◇御飯 ◇鰯の梅醤油焼き ◇大根の甘酢和え ◇味噌汁	◇御飯 ◇ツナ玉のチリソースがけ ◇白菜と帆立のオイスター炒め ◇中華スープ	◇御飯 ◇メバルの照り焼き ◇じゃがいものおかか煮 ◇味噌汁	◇御飯 ◇鶏肉のバジルソテー ◇オニオンサラダ ◇コンソメスープ
おやつ	◇卵ドーナツ		◇味しらべ	◇くろ棒	◇小麦まんじゅう		◇ワッフル

週間献立表