


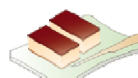
【 献立表 】

令和 4 年 12 月 1 日～ 12 月 10 日

医療法人社団 永進会 介護老人保健施設 ユーアイピラ



12月1日(木曜日)	12月2日(金曜日)	12月3日(土曜日)
米飯 煮物 (厚揚げ、小松菜) 筍の柔らか煮 あみ佃煮 味噌汁 (豆腐・えのき) ヤクルトカロリー-half	鶏雑炊 目玉焼き風 もやしとくらげの和え物 パイナップル缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 ブロッコリーと海老の煮物 しらすおろし大根 味の花 味噌汁 (豆腐・わかめ) ヤクルトカロリー-half
米飯 赤魚のから揚げ なすの香り炒め 味噌汁 (青梗菜・人参) アロエ缶	米飯 牛肉香味炒め ツナと胡瓜の和え物 中華風コーンスープ 桃缶	米飯 サバのしそ味噌焼き 小松菜からし和え にら玉スープ アロエ缶
黒胡麻プリン 手作り 	ミルクティー おせんべい	どら焼き
どんぶと塩昆布混ぜご飯 いさみこうやの含め煮 きゅうりとささみの梅和え 味噌汁 (にら玉)	米飯 サケの塩焼き 里芋の揚げ煮 味噌汁 (小松菜・しめじ)	ひじきごはん たらフライ風 高菜漬けと厚揚げの炒め物 味噌汁 (水菜・麩)
I補給 - 1490kcal 食塩 8.4g	I補給 - 1507kcal 食塩 6.2g	I補給 - 1480kcal 食塩 8.5g

	12月4日(日曜日)	12月5日(月曜日)	12月6日(火曜日)	12月7日(水曜日)	12月8日(木曜日)	12月9日(金曜日)	12月10日(土曜日)
朝	ロールパン ミルクポトフ  パンプキンサラダ りんご缶 ヤクルトカロリー-half	鶏雑炊 葱入り厚焼きたまご うずら豆煮豆 みかん缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 サバ塩焼き (ボ きゅうりとわらびの和え物 のり佃煮 味噌汁 (小松菜・あげ) ヤクルトカロリー-half	塩雑炊 厚揚げの煮付け 黒花豆 洋ナシ缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 柔らかひろうす生姜醤油 もやしと油揚げの和風和え ぶりかけ 味噌汁 (大根) ヤクルトカロリー-half	梅たま雑炊  ちくわきんぴら うぐいす豆 りんご缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 親子煮 さつまいも甘煮 どんぶ 味噌汁 (豆腐・かいわれ) ヤクルトカロリー-half
昼	鶏ナス味噌炒め丼 春雨ごま酢和え 豆腐のスープ 桃缶	おにぎり 漬物 (柴漬け) 玉子と豆腐の野菜あん 味噌汁 (生揚げ・もやし) 桃缶 	クリームかけピラフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ パイナップル	米飯 サバの味噌煮 肉じゃが 吸物 (そうめん) マンゴー缶 	月見そば  ワカサギの南蛮漬け パナナ	牛丼 冷や奴サラダ 味噌汁 (白菜・揚げ) みかん	米飯 赤魚の粕焼き 春雨の炒め煮 味噌汁 (かぶ) アロエ缶
おやつ	おせんべい	牛乳 苺シュクレ 	チュロス	紅茶ゼリー 手作り 	牛乳 おせんべい	カステラ 	水ようかん 手作り 
夕	米飯 サケのみりん焼き キャベツソテー 味噌汁 (卵・ねぎ)	米飯 鶏肉の梅ソース添え しろふき大根 群雲汁	米飯 かれいのとろろ蒸し 白菜の生姜醤油和え 味噌汁 (豆腐・わかめ)	米飯 豚肉と野菜の細切りごまみそ炒め 桜海老と玉葱の卵とじ 味噌汁 (かぼちゃ・揚げ)	米飯 とんかつポン酢おろしがけ 里芋のそぼろ 吸物 (えのき・わかめ)	米飯 みそつくね ひじきの五目煮 かき卵スープ	米飯 牛肉とごぼう煮物 白菜サラダ 味噌汁 (じゃが芋・わかめ)
栄養 分養	I補給 - 1436kcal 食塩 6.9g	I補給 - 1494kcal 食塩 6.6g	I補給 - 1489kcal 食塩 7.0g	I補給 - 1471kcal 食塩 6.8g	I補給 - 1474kcal 食塩 7.8g	I補給 - 1485kcal 食塩 6.5g	I補給 - 1498kcal 食塩 7.8g

都合により献立が変更する場合がございますがご了承ください (栄養課)