

配食サービス ある一週間の献立例

事業者名	特別養護老人ホーム永寿苑		宅配クック 1 2 3	
配食地域	本町、星川、宮町、末広、箱田、本石、石原、上石、荒川西、荒川東、肥塚、成田、大幡、玉井、大麻生、中条、奈良、別府、三ヶ尻、星宮、大原、桜町、中央、妻沼地区全域		筑波、銀座、佐谷田、平戸、戸出、問屋町、久下、太井、村岡、万吉、楊井、平塚新田、大里地区全域、江南地区全域	
曜日	献立	カロリー	献立	カロリー
月	ご飯、豚肉とピーマンの炒め物、春雨の南蛮酢、漬物、果物	543kcal	ご飯、にしん甘辛煮、オクラのお浸し、豆ひじき、出汁巻き玉子、ごぼうサラダ、しば漬け	536kcal
火	ご飯、タラのムニエル（薬味ソース）、かぼちゃいところ煮、漬物、果物	563kcal	ご飯、若鶏から揚げ、ナポリタン、コールスローサラダ、高野豆腐と野菜の煮物、黒豆、野沢菜入り大根の漬物	530kcal
水	ご飯、鶏肉の味噌チーズ焼き、海藻サラダ、漬物、果物	501kcal	ご飯、カツオ煮付け、花形人参、切干大根煮、ささがきごぼうと薩摩揚げの金平、小松菜のお浸し、あみ佃煮	432kcal
木	ご飯、鮭のごま焼き、がんもの煮物、漬物、果物	538kcal	ご飯、あじみりん焼き、華かまぼこ、久米島産紅芋のうむくじボール、春雨と野菜のそぼろ炒め、いんげんのピーナッツ和え、胡瓜漬け	491kcal
金	ご飯、豚冷しゃぶ風、チンゲン菜とベーコンソテー、漬物、果物	616kcal	ご飯、チキンミートローフ、トッピングソース（トマト）、お豆と昆布の煮物、高野豆腐の含め煮、野菜のマリネ、高菜ちりめん	497kcal
土	ご飯、ホキの南蛮漬け、小松菜のごま味噌和え、漬物、果物	517kcal	ご飯、ぶり煮付け、味付いんげん、ほうれん草と人参の煮浸し、野菜と木耳の彩り炒め、オクラと湯葉のお浸し、大根としその実の漬物	480kcal

配食サービス ある一日の献立例

事業者名	特別養護老人ホーム永寿苑	宅配クック 1 2 3
写真		 
献立	ご飯、八宝菜、小松菜のしらす和え、漬物、果物	ご飯、にしん甘辛煮、オクラのお浸し、豆ひじき、 出汁巻き玉子、ごぼうサラダ、しば漬け