ドリームⅠ 常食 献立だより 2026年3月

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付	9	10	11	12	13	14	15
朝	食パン チキンピカタ ｷｬﾍﾞﾂと豚肉の豆乳スープ 牛乳	ヨーグルト蒸しパン ミートオムレツ カリフラワーと豆のマヨサラダ カルシウムミルク	テーブルロール チキンナゲット(野菜ソース) 白菜と豚肉のスープ 牛乳	みかんジャムパン 照り焼き風肉団子 クラムチャウダー 牛乳	食パン 5品目具材の玉子焼き 大根とベーコンのスープ 牛乳	バターロール 鶏つみれ じゃがいもとｳｲﾝﾅｰのｶﾚｰｽｰﾌﾟ 牛乳	コーヒークリームパン だし巻き卵 白菜とちくわのピリ辛和え 特製ほうじ茶飲料
昼	ごはん メンチカツ(濃厚ソース) 金時豆煮 白菜と油揚げの洋風お浸し 味噌汁(もやし・人参) 白味噌仕立て	ごはん 焼きさわらの南蛮漬け 絹揚げとグリーンピースの煮物 菜の花と平天の白ごま和え 味噌汁(大根葉・あさり)	わかめうどん ごぼうの味噌金平 ブロッコリーのたらこﾏﾖｻﾗﾀﾞ ☆麺メニュー☆	ごはん 鶏肉の柚子茶煮 もやしとツナの炒め物 玉子どうふ 豚汁(豚肉・白ねぎ・人参)	ねぎとろ丼 がめ煮[福岡県郷土料理] ｶﾘﾌﾗﾜｰとｺｰﾝのｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁(うまい菜・絹揚げ)いりこ風味 ☆丼メニュー☆ ☆郷土料理☆	お好み焼き(豚肉) 絹揚げのそぼろ煮 大根のごま酢和え 味噌汁(キャベツ・白ねぎ) ☆粉ものメニュー☆	ごはん 白身魚の唐揚げ(ﾏｽﾀｰﾄﾞﾀﾙﾀﾙｿｰｽ) じゃがいもと油揚げの煮物 味噌汁(わかめ・人参) 麦白味噌仕立て ヨーグルトのはちみつソースかけ
お	手作り黒糖まんじゅう(こしあん)	手作りババロア(紅茶風味)	手作りあんシュー(よもぎあん)	フィナンシェ(プレーン)	手作りきなこｼﾌｫﾝｶｯﾌﾟｹｰｷ	手作りいちごﾐﾙｸﾌﾟﾘﾝ ☆ホワイトデー☆	手作り酒まんじゅう
夕	ごはん ホッケのたれ焼き やっこ(味噌ダレ) 大根とﾊﾟﾌﾟﾘｶのﾊﾞﾝﾊﾞﾝﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ	ごはん 蒸し鶏(洋風香味ｿｰｽ) 切干大根と豚肉の煮物 ｷｬﾍﾞﾂとｺｰﾝの大葉ﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ	ごはん 回鍋肉 かにシューマイ 大根といんげんの和え物	ごはん 赤魚の魚田(田楽味噌) 大豆とえびの煮物 キャベツとちくわのごまﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ	ごはん 豚肉の山椒煮 いかふくさ焼き 黄桃缶のピーチジュレ	ごはん 銀ひらすの煮付け 豚肉とパプリカの炒め物 菜の花のﾋﾟｰﾅｯﾂ和え	ごはん 鶏肉のねぎ焼き 大根といかの炒め物 もやしとコーンの大葉ﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ
計	エネ 1525 kcal 蛋白 59.9 g 脂質 44.5 g 食塩 5.95 g	エネ 1503 kcal 蛋白 72 g 脂質 44.8 g 食塩 5.96 g	エネ 1363 kcal 蛋白 47.1 g 脂質 45.6 g 食塩 8.17 g	エネ 1479 kcal 蛋白 66.8 g 脂質 50.3 g 食塩 7.31 g	エネ 1481 kcal 蛋白 62.1 g 脂質 51.6 g 食塩 8.18 g	エネ 1453 kcal 蛋白 64.7 g 脂質 61.3 g 食塩 7.34 g	エネ 1572 kcal 蛋白 58.7 g 脂質 49.2 g 食塩 5.28 g
日付	16	17	18	19	20	21	22
朝	食パン スクランブルエッグ(ｹﾁｬｯﾌﾟ) ほうれん草と鶏肉のスープ 牛乳	チキングラタンパン ブロッコリーの麹ﾅﾑﾙ和え 白菜と豚肉の豆乳スープ 牛乳	テーブルロール 擬製豆腐(そぼろあん) もやしとしめじの香味ﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ 特製りんごジュース	ミルクパン ハムチーズピカタ じゃがいものポタージュスープ 牛乳	食パン カニカマ入りだし巻き卵 うまい菜と豚肉のトマトスープ 牛乳	バターロール カリフラワーとウインナーのソテー キャベツと豚肉のスープ 牛乳	紅茶蒸しパン プレーンオムレツ(ｸﾘｰﾑｿｰｽ) ブロッコリーとちくわの洋風お浸し 特製アセロラジュース
昼	ごはん 豚大根 やっこ(醤油) 胡瓜の甘酢和え 味噌汁(もずく・巻麩)	ごはん あじの照り煮 大根の金平 スパゲティサラダ 味噌汁(白ねぎ・ちくわ)	親子丼 一口がんもの煮物 ほうれん草と平天の白ごま和え 味噌汁(あさり・わかめ) 白味噌仕立て ☆丼メニュー☆	ごはん 絹揚げの炊き合わせ しろなと鶏肉の炒め物 かぼちゃのサラダ 赤だし(えのき・キャベツ)	ごはん 鶏肉のマリネソース焼き 大豆とこんにゃくの煮物 ブロッコリーのスローサラダ 味噌汁(かぼちゃ)いりこ風味	ごはん さけの南部焼き 絹揚げの煮物 とろろ(とろろのタレ) 味噌汁(玉ねぎ・人参)	ごはん 豚肉のオイスター炒め れんこんと油揚げの煮物 杏仁豆腐(マンゴーソース) 味噌汁(おくら・花麩)
お	手作りマドレーヌ	手作りおしるこ(あられ)	手作りみるくまんじゅう(白あん)	手作りスイートポテト	ぼたもち ☆春分の日☆	手作りあんシュー(いちごあん)	ワッフル
夕	ごはん ホキのグリル(和風ﾊﾞﾀｰｿｰｽ) 絹揚げと昆布の煮物 うまい菜と平天のﾊﾞﾝﾊﾞﾝﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ	ごはん 牛肉コロッケ(濃厚ソース) ﾍﾞｰｺﾝと枝豆の塩ﾊﾞﾀｰｿﾃｰ キャベツの和風ドレサラダ	ごはん 白身魚の生姜煮 キャベツと豚肉の炒め物 ｶﾘﾌﾗﾜｰのｱｲﾗﾝﾄﾞﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ	ごはん 八宝菜 えびシューマイ 寒天とフルーツ缶の盛合せ	ごはん さばの味噌煮 大根と鶏肉の炒め物 きざみ高菜	ごはん ハンバーグ(和風ソース) ほうれん草とベーコンのソテー マカロニサラダ	ごはん いわしの山椒煮 たこふくさ焼き 切干大根と豆のマヨサラダ
計	エネ 1480 kcal 蛋白 62.2 g 脂質 50.7 g 食塩 7.53 g	エネ 1495 kcal 蛋白 52.1 g 脂質 44.9 g 食塩 6.31 g	エネ 1523 kcal 蛋白 66.2 g 脂質 44.5 g 食塩 6.52 g	エネ 1466 kcal 蛋白 46.1 g 脂質 48.6 g 食塩 7.57 g	エネ 1510 kcal 蛋白 58.5 g 脂質 53.9 g 食塩 6.6 g	エネ 1478 kcal 蛋白 61.1 g 脂質 51.3 g 食塩 7.19 g	エネ 1516 kcal 蛋白 55.3 g 脂質 52.3 g 食塩 6.23 g