

[静岡医療福祉センター成人部]

＜成人1600＞

(2026年 1月15日～2026年 1月21日)

## 献立表

	1月15日 (木)	1月16日 (金)	1月17日 (土)	1月18日 (日)	1月19日 (月)	1月20日 (火)	1月21日 (水)
朝食	ごはん みそ汁 たくあん納豆 里芋とまいたけ煮 豆乳飲料	ごはん みそ汁 魚肉ソーセージ炒め フルーツ 牛乳	ごはん みそ汁 野菜海老つみれ煮 じゃが芋きんとき ふりかけ 乳酸菌飲料	ごはん みそ汁 卵焼き かぶのおかか煮 ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁 納豆 ごぼうと挽肉煮 乳酸菌飲料	ごはん みそ汁 コーン入りスクランブ 野菜和え 牛乳	ごはん みそ汁 がんもとしめじ煮 隠元とささみごま和え ふりかけ 豆乳飲料
昼食	ごはん 金目鯛の煮付け 豚汁 ハハと野菜和え フルーツ	ごはん みそ汁 揚げかに豆腐あんかけ ダブルポテトサラダ 刻み沢あん和え	ごはん 凍り豆腐と野菜卵とじ すまし汁 ツナサラダ フルーツ	ごはん みそ汁 さばのカレー風味焼き スパゲッティサラダ いんげんと人参ソテー	ごはん みそ汁 黒はんぺんフライ トマト 大根と豚肉煮	ごはん みそ汁 豚肉とキャベツ炒め物 春雨ともやし和え フルーツ	ごはん みそ汁 若鶏香草焼 マカロニサラダ ほうれん草とえのきの
夕食	ごはん 玉葱とにらスープ チキンチャップハワイ 人参とえのきグラッセ キャベツとミックスソ	ごはん みそ汁 さんま蒲焼 れんこん金平 小松菜と舞茸煮浸し	ごはん みそ汁 ミニチキンカツ トマト 白菜と油揚げ煮	ごはん 蒸しえび海鮮ぎょうざ 温野菜サラダ ひじきとベーコン煮	肉みそ卵丼 みそ汁 酢のもの モロヘイヤの昆布和え	ごはん みそ汁 鰯の煮付け 南瓜バター煮 二色お浸し	ごはん グラタン 海藻ミックスサラダ イチゴゼリー

[静岡医療福祉センター成人部]

<形態Ⅱ [ヘルス]>

(2026年 1月15日～2026年 1月21日)

## 献立表

	1月15日 (木)	1月16日 (金)	1月17日 (土)	1月18日 (日)	1月19日 (月)	1月20日 (火)	1月21日 (水)
朝食	全粥 みそ汁 たくあん納豆 里芋とまいたけ煮 豆乳飲料	全粥 みそ汁 魚肉ソーセージ炒め フルーツ 牛乳	全粥 みそ汁 野菜海老つみれ煮 じゃが芋きんとき ふりかけ 乳酸菌飲料	全粥 みそ汁 卵焼き かぶのおかか煮 ふりかけ 牛乳	全粥 みそ汁 納豆 ごぼうと挽肉煮 乳酸菌飲料	全粥 みそ汁 コーン入りスクランブ 野菜和え 牛乳	全粥 みそ汁 がんもとしめじ煮 隠元とささみごま和え ふりかけ 豆乳飲料
昼食	全粥 金目鯛の煮付け 豚汁 ハムと野菜和え フルーツ	全粥 みそ汁 揚げかに豆腐あんかけ ダブルポテトサラダ 刻み沢あん和え	全粥 凍り豆腐と野菜卵とじ すまし汁 ツナサラダ フルーツ	全粥 みそ汁 さばのカレー風味焼き スパゲッティサラダ いんげんと人参ソテー	全粥 みそ汁 黒はんぺんフライ トマト 大根と豚肉煮	全粥 みそ汁 豚肉とキャベツ炒め物 春雨ともやし和え フルーツ	全粥 みそ汁 若鶏香草焼 マカロニサラダ ほうれん草とえのきの
夕食	全粥 玉葱とにらスープ チキンチャップハワイ 人参とえのきグラッセ キャベツとミックスソ	全粥 みそ汁 さんま蒲焼 れんこん金平 小松菜と舞茸煮浸し	全粥 みそ汁 ミニチキンカツ トマト 白菜と油揚げ煮	全粥 蒸しえび海鮮ぎょうざ 温野菜サラダ ひじきとベーコン煮	全粥 肉みそ卵 みそ汁 酢のもの モロヘイヤの昆布和え	全粥 みそ汁 鰯の煮付け 南瓜バター煮 二色お浸し	全粥 グラタン 海藻ミックスサラダ イチゴゼリー