

## 1週間の 日替わり 献立 メニュー

完全調理済み冷凍パックを  
湯煎するだけの簡単調理！

### 高齢者施設向け 完全調理済み冷凍パック

無料献立ダウンロードです。  
旬のこだわり食材を利用しています。  
完全調理済み冷凍パックでお届け、  
おいしくて栄養のバランスがとれた、  
安心安全なお食事です。できるだけ  
無理なく、食べる喜びを感じながら  
続けていただけるように工夫をこらした  
内容になっております。



豚肉の生姜炒め 260kcal

定番の豚(肩ロース)の生姜焼きです♪千切生姜を使い生姜の存在感も◎！ ※生野菜はつきません



ハンバーグトマトソース 260kcal

ボリュームあるハンバーグにこだわりシェフ特製  
トマトソースでどうぞ！ ※生野菜はつきません。

## 月曜日



さんまの煮付け 356kcal

## 火曜日



オムレツ 192kcal

## 水曜日



ウィンナーと玉子の炒め物 113kcal

## 木曜日



筑前煮 126kcal

## 金曜日



大根と鶏肉の旨煮 116kcal

## 土曜日



鮭の塩焼き 149kcal

## 日曜日



チキンクリーム煮 126kcal

朝食

昼食

夕食



3色豆入り  
トマトキーマカレー 172kcal



肉野菜炒め 144kcal



親子煮 116kcal



さばの味噌煮 349kcal



ささみチーズフライ 318kcal



麻婆豆腐 208kcal



中華風かに玉(丼) 120kcal



黒酢豚 142kcal



ハンバーグ  
きのこデミソース 177kcal



豚肉と白いんげん豆  
のトマト煮 245kcal



ロールキャベツ  
(トマト) 167kcal



牛肉のすき焼き風 207kcal



焼肉 241kcal



ビーフシチュー  
(温野菜別売り) 219kcal

※この献立は一例です。