



週間献立表



曜日	日付	木 7月1日	金 7月2日	土 7月3日
朝		ジャーマンポテト 白菜サラダ オムレツ あらびきミニウインナー 香の物 ご飯	甘辛肉団子 キャベツとカニカマのサラダ 金平ごぼう コーン焼売 香の物 ご飯	筑前煮 茄子と豚の煮物 クワイの小エビ炒め フルーツ 香の物 ご飯
		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 464 11 12.3 75.2 2	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 531 12.9 14.4 85 2.8	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 478 12.8 9.3 83.8 2
昼		メバルの西京焼き 炊き合わせ 蒸し鶏の檸檬マリネ プチハンバーグ 香の物 ご飯	チキン南蛮 海老のイタリアンサラダ 青梗菜のソテー 昆布豆 香の物 ご飯	ふわふわ揚げ生姜あん 水餃子 炒り玉子 ポテトサラダ 梅かつおザーサイ ご飯
		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 471 21.5 8.3 75 1.9	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 600 18.5 21 81.2 3.4	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 570 14.5 19.9 79.8 3.2
夕		小倉あんパイ 海老カツ マヨ玉サラダ 小松菜ソテー 茄子の生姜醤油 香の物 ご飯	ぶどうゼリー 家常豆腐(ジャージャー豆腐) カレーコロッケ 大根とハムのサラダ 菜の花わさび フルーツ ご飯	コーヒーの蒸しケーキ 赤魚の照り焼き ポテトとベーコンのコンソメ煮 小松菜の煮浸し 揚げボール 釜炊き生姜 ご飯
		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 585 14 21.5 81.9 2.2	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 516 11.6 12.6 86.2 2.6	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 483 19.1 6.2 84.9 2.9
1日計		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1520 46.5 42.1 232.1 6.1	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1647 43 48 252.4 8.8	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1531 46.4 35.4 248.5 8.1

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7

7月 週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	7月4日	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日
朝	チキンオープン焼き チャブチェ きゅうりと竹輪のさっぱり和え 金時豆 香の物 ご飯	ベーコンエッグ イタリアンサラダ 人参とツナのソテー フルーツ 香の物 ご飯	大根のそぼろあん スクランブルエッグ 真砂炒め フルーツ 海苔佃煮 ご飯	ハムステーキ 青梗菜の白和え 枝豆サラダ フルーツ 香の物 ご飯	野菜炒め 煮物 ポテトサラダ フルーツ 味の花 ご飯	いわしハンバーグ 野菜あん マカロニサラダ 鶏ときゅうりのなめたけ和え 焼売 三色豆 ご飯	魚の照焼き キャベツとカニカマのサラダ チンゲン菜の煮浸し 厚焼き玉子 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
425	14.8 5.8 75.6 1.6	501 11.7 16.6 74.3 1.9	402 10.2 6.5 73.9 2	475 11.5 14.3 73.5 1.7	467 10.3 10.8 79.8 2.4	531 17.3 9.4 92.3 2.4	423 15 6.7 72.7 2.2
昼	白身魚のマリネ 京風がんも ター菜のソテー 真砂炒め 香の物 ご飯	鶏天&茄子天 ゴーヤチャンプルー 菜の花のくるみソテー 茶花豆 香の物 ご飯	ホイコーロー ほっけの山椒焼き 小松菜のソテー かぼちゃしんじょ 香の物 ご飯	星のコロッケ ハンバーグ タマゴサラダ きゅうりと竹輪の青じそ和え フルーツ ご飯	赤魚の柚子味噌あん 南瓜サラダ ター菜とザー菜の炒め物 レバーのしぐれ煮 香の物 ご飯	照焼きチキン/肉団子 かき揚げ 大根の塩昆布和え 金時豆 香の物 ご飯	木須肉(ムースロー) バターコーンコロッケ 金平ごぼう フルーツ 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
459	17.3 11.1 70.7 2.3	584 16 17.2 88.9 2.5	430 13.6 7.5 74.8 1.9	592 13.1 21 85.3 2	493 20.7 7.5 82.5 2.3	577 16.4 18.4 82.7 2	502 13.3 11.9 82.6 2.2
タ	白ごまプリン	ラスコーケンウエース&ポテト	ふ菓子&ブッセ	夕張メロンゼリー	カスタードワッフル	ハッピーターン&黒棒	マンゴープリン
	豚肉の生姜焼き 南瓜のいとこ煮 鶏と白菜なめたけ和え 梅ささみフライ 香の物 ご飯	野菜のトマト煮込み きのこソテー カニクリームコロッケ 青菜と竹輪のおかかぼん酢和え 香の物 ご飯	カレイの葱味噌焼き 炊き合わせ ハムサラダ 厚焼き玉子 香の物 ご飯	厚揚げジャージャンソース あさりと大根の時雨煮 豆乳入り五目しんじょ 小松菜のカニカマ和え 香の物 ご飯	ヒレカツ 白菜イタリアンサラダ チンゲン菜とツナのソテー はんぺんのバター醤油 フルーツ ご飯	かに玉 筑前煮 しめじとあさりのソテー クワイの粒マスタード和え フルーツ ご飯	豆腐ステーキのあんかけ 豚肉と大根の煮物 春巻き フルーツ 香の物 ご飯
エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
634	17.1 21.3 88.8 3.2	460 10.3 9.9 81.2 2.3	453 14.1 7.8 80.2 2.8	445 11.5 8.5 79.1 3	490 14.4 12 78.4 1.7	478 15.2 8.3 83.5 2.1	487 11.3 11.2 82.1 2.4
1日計	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
1518	49.2 38.2 235.1 7.1	1545 38 43.7 244.4 6.7	1285 37.9 21.8 228.9 6.7	1512 36.1 43.8 237.9 6.7	1450 45.4 30.3 240.7 6.4	1586 48.9 36.1 258.5 6.5	1412 39.6 29.8 237.4 6.8

*表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日
朝	ベーコンエッグ 野菜炒め 春雨ドレッシング和え 金時豆 香の物 ご飯	チキンオープン焼き 白菜サラダ 菜の花のソテー フルーツ 海苔佃煮 ご飯	野菜炒め チャブチエ 棒天 フルーツ 香の物 ご飯	筑前煮 スクランブエッグ 真砂炒め もちもち水餃子 香の物 ご飯	じゃがマガオムレツ 菜の花と汐昆布の白和え たこ八 フルーツ 香の物 ご飯	ふわふわ揚げ生姜あん 切干大根のそぼろ炒め キャベツ胡麻サラダ 金時豆 香の物 ご飯	さわらの生姜焼き 金平ごぼう 明太平天 ポテトサラダ フルーツ ご飯
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	520 13.6 14.5 81 2.4	455 15.8 8.6 77.2 1.9	422 9.1 8.2 75.1 1.9	432 12.8 7.5 75.2 1.9	378 10.8 4.3 72 1.3	581 13.6 19.9 84.9 2.6	477 16.3 9.4 79 1.9
昼	海老カツ 高菜スパゲティ がんも煮 厚焼き玉子 香の物 ご飯	鯖の醤油麹焼き 豆サラダ 小松菜の胡麻炒め あらびきミニウインナー 香の物 ご飯	肉じゃが オムレツ ピリ辛ツキコン コーン焼売 香の物 ご飯	海鮮中華丼 黒コショウ香るささみフライ 青菜ソテー ポテトサラダ フルーツ	豚肉の生姜焼き ひじきサラダ カニクリームコロッケ 木の葉しんじょ 香の物 ご飯	メバルの葱味噌焼き 貝柱のサラダ 菜の花のソテー 翡翠焼売 香の物 ご飯	贅沢根菜バーグ 煮物 南瓜サラダ オニオンリングフライ 香の物 ご飯
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	607 17.3 19.9 86.9 2.9	598 20.8 23.2 71.6 2.1	510 11.7 12.4 85.1 2.7	477 12.9 11.4 78.3 1.8	573 17.6 20.1 77.4 2.9	437 21.4 6.8 70.3 1.8	564 14.8 16 89.5 3.4
夕	ココアワッフル	ぶどうゼリー	たべっ子どうぶつ	えびせん&雅饅頭	すりおろしりんごゼリー	ソフトサラダ&小倉羊羹	ソフトシュークリーム
	たらの胡麻照り焼き 炊き合わせ 白菜のピーナッツ和え ツナと玉ねぎのマリネ フルーツ ご飯	ポークチャップ ひじきの煮物 コーンソテー オニオンリングフライ 香の物 ご飯	チキンカツ 白菜フレンチサラダ 青菜のしらす和え 厚焼き玉子 香の物 ご飯	ミートボールのきのこトマトソース 大根のサラダ 春巻き かぼちゃ煮 香の物 ご飯	赤魚の幽庵焼き 豆サラダ 五目野菜天 焼売 香の物 ご飯	野菜のトマト煮込み マヨ玉サラダ ミニハンバーグ フルーツ 香の物 ご飯	八宝菜 本格中華春巻き チンゲン菜とザーサイのナムル はんぺん煮 香の物 ご飯
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	485 19.7 5.6 86.6 3.2	603 14.6 23.9 80.7 2.5	491 15.3 13.8 74 1.7	548 12.4 16.7 84.1 2.5	515 21.4 8.3 85 3.2	529 11.7 14.1 86.3 2.4	495 15.1 13 76.7 2.2
1日計	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	1612 50.6 40 254.5 8.5	1656 51.2 55.7 229.5 6.5	1423 36.1 34.4 234.2 6.3	1457 38.1 35.6 237.6 6.2	1466 49.8 32.7 234.4 7.4	1547 46.7 40.8 241.5 6.8	1536 46.2 38.4 245.2 7.5

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日
朝	ハムステーキ なすの肉味噌あん 小松菜のピーナッツ和え フルーツ 香の物 ご飯	野菜とウインナーのコンソメ煮 きのこソテー さつまいもサラダ フルーツ 香の物 ご飯	ジャーマンポテト 煮物 きゅうりと竹輪のさっぱり和え フルーツ 海苔佃煮 ご飯	甘辛肉団子 白菜フレンチサラダ 枝豆と汐昆布の白和え フルーツ 味の花 ご飯	野菜炒め ハムと玉ねぎのマリネ たこ八 フルーツ 香の物 ご飯	チキンオープン焼き 大根サラダ ベジタブルソテー フルーツ 香の物 ご飯	大根の肉味噌あん 京風がんも ピリ辛ツキコン フルーツ 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	511 11.2 15.7 80 2.4	438 8.4 9.1 79.6 1.8	476 9.7 8.9 87.7 2.3	526 14.3 13.7 84.7 2.8	425 10.2 8.8 73.9 1.7	428 14.6 8.4 71.2 1.2	449 11.6 8.3 81 2.4
昼	鶏ももステーキ 大根サラダ 青梗菜のソテー 竹輪煮 香の物 ご飯	赤魚の夏野菜トマトソース 白菜の韓国ナムル風サラダ 大豆煮 厚焼き玉子 香の物 ご飯	豚丼 春雨サラダ 小松菜のソテー さつま芋の甘露煮 紅生姜	ほっけの塩焼き 炊き合わせ ごぼうサラダ 梅ささみフライ 釜炊き生姜 ご飯	油淋鶏 ツイストマカロニサラダ 菜の花のオイスター炒め さくら焼売 香の物 ご飯	鱈のタルタルソースがけ ジャーマンポテト 小松菜のソテー 三色豆 香の物 ご飯	肉団子の野菜甘酢あん／オムレツ 煮物／花型さつま 春巻き ポテトサラダ 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	490 14.1 14.8 74.6 3	465 21.3 7.9 75.8 2.4	698 16.8 26.3 94.2 2.7	540 19.4 14.1 81.1 3	585 16.7 16 89.9 2.5	566 17.7 19.7 76.9 1.8	558 15.9 13 91.2 3.5
夕	プリン 枝豆コロッケ 煮物 ツナソテー クワイの粒マスタード和え 香の物 ご飯	えびせん&黒棒 肉豆腐 ひじきの五目煮 お好み風平焼き チンゲン菜のしらす和え 香の物 ご飯	ハッピーターン&どら焼き 鶏肉の照り焼き キャベツサラダ ニラ玉 チーズ包み揚げ 香の物 ご飯	ポテトフライ&小倉羊羹 玉子しんじょうみぞれあん 貝柱の酢味噌和え 青菜のソテー 中華うり フルーツ ご飯	バナナの蒸しケーキ メバルの西京焼き ひじきサラダ はんぺんのバター醤油 あらびきミニウインナー 香の物 ご飯	白ごまプリン 牛すき煮 クワイの中華炒め カニクリーミーコロッケ きゅうりのなめ茸和え 香の物 ご飯	カスタードワッフル 鯖の胡麻照り焼き 揚げ出し豆腐 青菜とササミの梅和え 厚焼き玉子 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	582 13.4 14.6 97.2 2	587 15.5 21.1 78.5 3.1	499 15.7 16.8 68.8 2.2	523 11.8 14.7 82.6 2.6	477 20.7 10.8 73 3.2	524 16.4 12.1 85.6 3.1	677 22.6 26.6 81.1 2.7
1日計	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	1583 38.7 45.1 251.8 7.4	1490 45.2 38.1 233.9 7.3	1673 42.2 52 250.7 7.2	1589 45.5 42.5 248.4 8.4	1487 47.6 35.6 236.8 7.4	1518 48.7 40.2 233.7 6.1	1684 50.1 47.9 253.3 8.6

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土	
日付	7月25日	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	
朝	じゃがマガオムレツ マカロニサラダ きのこソテー フルーツ 香の物 ご飯	筑前煮 白菜の和風サラダ はんぺんのバター醤油 フルーツ 香の物 ご飯	さわらの生姜焼き なすのそぼろあん 枝豆天 フルーツ 味の花 ご飯	ふわふわ揚げ生姜あん 昆布煮 きゅうりと竹輪のさっぱり和え フルーツ 香の物 ご飯	さわらの照焼き 肉じゃが 真砂炒め 海苔佃煮 フルーツ ご飯	ベーコンエッグ チャプチェ 五目野菜天 フルーツ 香の物 ご飯	筑前煮 ひじきの白和え コーンソテー フルーツ 香の物 ご飯	
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
昼	厚揚げのすき煮風 キャベツサラダ 竹輪の磯辺揚げ かぼちゃのレモンあん 香の物 ご飯	天津かに玉&餃子 棒棒鶏 豚からとんにくの芽の炒め物 青菜ソテー 香の物 ご飯	ハンバーグおろしソース 海老サラダ 金平ごぼう 厚焼き玉子 香の物 ご飯	豚しゃぶ 濃厚胡麻だれ 炊き合わせ 菜の花のソテー 金時豆 香の物 ご飯	鶏の唐揚げ ひじきの五目煮 あさりとわけぎの酢味噌和え 初恋の姫ゆば フルーツ ご飯	ほっけの胡麻照り焼き 煮物 枝豆揚げ タマゴサラダ 香の物 ご飯	茄子の肉詰め天ぷら/棒天 中華春雨サラダ チンゲン菜のソテー 大学芋 香の物 ご飯	
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
夕	ソフトシュークリーム	デミケーキ	オレンジゼリー	たべっ子どうぶつ 根菜つくねバーグ 春雨サラダ 水餃子 さつまい芋の甘露煮 香の物 ご飯	厚揚げジャージャンソース 鉄分繊維入りチキンカツ 枝豆天 きゅうりのゆず風味和え 香の物 ご飯	チョコパイ&りんごカステラ	Feアセロラゼリー	
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
1日計	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日
朝	じゃがマゴオムレツ 大根とツナのサラダ 煮物 フルーツ 香の物 ご飯	ハムステーキ キャベツとささみのサラダ チンゲン菜の炒め物 三色豆 木耳きんぴら ご飯	甘辛肉団子 白菜のサラダ 枝豆平焼き フルーツ 香の物 ご飯	野菜炒め なすの肉味噌あん たこ八 真砂炒め 香の物 ご飯	オムレツ&ソーセージ ぜんまいの白和え 肉シューマイ フルーツ 香の物 ご飯	べっこう煮 キャベツサラダ スクランブルエッグ はんぺんのバター醤油 海苔佃煮 ご飯	鱈の生姜焼き 角揚げ煮 クワイの小エビ炒め ポテトサラダ 香の物 ご飯
	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
440	10.3 9.2 76.7 2.1	475 12.4 12.2 78 2.2	502 13.5 13.9 78 2.3	447 10.4 12.5 70.7 2.1	473 12.4 11.9 76.7 1.6	432 10.7 10 72.2 2.6	491 16.8 10.6 79.1 2.5
昼	海老かつ ナポリタン スクランブルエッグ 菜の花の炒め物 香の物 ご飯	鶏唐揚げのおろしソース 炊き合わせ 小松菜のソテー 肉シューマイ 香の物 ご飯	トマトペーコンフライ 豆サラダ 金平ごぼう 木の葉しんじょう 釜炊き生姜 ご飯	鯖の醤油麹焼き 中華春巻き 青梗菜の炒め物 炒り玉子 香の物 ご飯	豚肉の生姜焼き 春雨のかりかり梅和え 菜の花のソテー 水餃子 香の物 ご飯	とり天&かき揚げ丼 切干大根煮 ポテトサラダ 厚焼き玉子 香の物	親子かつ煮 竹輪と昆布の炒め煮 さつま芋サラダ 揚げボール 香の物 ご飯
	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
644	17 24.3 86.1 2.3	557 18.2 15.2 83.4 3	586 13.5 18.3 88.8 2.4	630 19 26.8 72.1 2.3	480 16.4 11.1 75.1 2	631 14.7 22.4 88.5 2.6	584 18.8 15.2 92.1 3.2
夕	コーヒーの蒸しケーキ ポークさっぱり炒め 白菜サラダ クワイの中華炒め フルーツ 香の物 ご飯	オレンジゼリー 玉子しんじょうの天ぷら チャプチェ 棒天 ポテトサラダ 香の物 ご飯	ポテトフライ&小倉羊羹 魚の香草パン粉焼き キャベツサラダ 五目野菜天 白花豆 香の物 ご飯	チョコパイ&ブッセ ひれかつ あさりと大根の時雨煮 小松菜の胡麻和え はんぺんのバター醤油 フルーツ ご飯	デミケーキ 厚揚げジャージャンソース カニクリームコロッケ 白菜の塩昆布和え カニ風味つみれ 香の物 ご飯	Feアセロラゼリー 野菜のトマト煮込み ミニメンチカツ 大根サラダ うぐいす豆 フルーツ ご飯	ココアワッフル ハンバーグ 和風きのこソース マヨ玉サラダ 菜の花のくるみ和え 煮物 香の物 ご飯
	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
581	14.8 22.8 75.5 1.8	502 9.8 13.5 82.4 2.4	449 18.6 5.4 79.6 2.2	484 14.7 8.7 85.7 2.7	493 12.4 12.2 81.7 3.3	558 12.9 15.6 89.3 1.9	554 17.5 14.4 87 3.1
1日計	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
1665	42.1 56.3 238.3 6.2	1534 40.4 40.9 243.8 7.6	1537 45.6 37.6 246.4 6.9	1561 44.1 48 228.5 7.1	1446 41.2 35.2 233.5 6.9	1621 38.3 48 250 7.1	1629 53.1 40.2 258.2 8.8

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしていませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



週間献立表



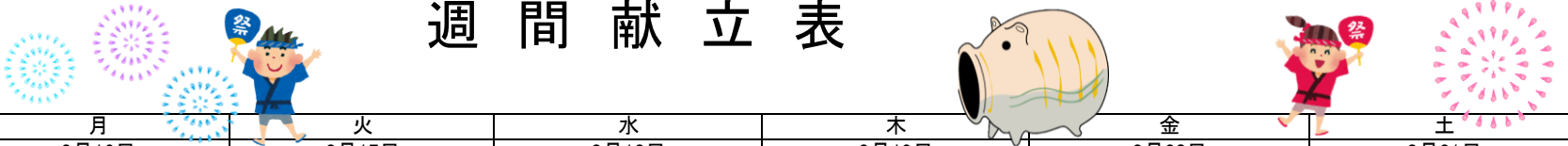
曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日
朝	チキンオープン焼き なすのそぼろあん 大根のナムル フルーツ 木耳きんぴら ご飯	野菜とウインナーのコンソメ煮 イタリアンサラダ チンゲン菜のしらす和え フルーツ 香の物 ご飯	ベーコンエッグ きのこソテー コーン焼売 フルーツ 味の花 ご飯	たらの西京焼き 京風がんも 小松菜の胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯	ジャーマンポテト スクランブルエッグ キャベツ甘酢和え フルーツ 香の物 ご飯	いわしハンバーグ 白菜のサラダ ツキコン金平 フルーツ 香の物 ご飯	じゃがマゴオムレツ イタリアンサラダ チンゲン菜の胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
436	13.7 9.4 71.2 1.5	435 8.9 8.2 79.3 1.5	467 12 11.8 75.9 2.4	406 15.7 4.6 73.4 2.2	457 10.2 10.6 78.1 2	451 12.7 6.3 85.6 3.4	412 8.6 6.5 78.7 2.1
昼	ふわふわ揚げ生姜あん カレーコロケ ハムマリネ わらびのお浸し 梅かつおザーサイ ご飯	ホイコーロー&海鮮焼売 赤魚の南蛮あん かぼちゃ煮 厚焼き玉子 昆布豆 ご飯	茄子の肉詰め天ぷら/枝豆平焼き キャベツサラダ 煮物 さつま芋の甘露煮 味の花 ご飯	根菜つくねバーグ 南瓜サラダ 切干大根のゆず風味 木の葉しんじょう 香の物 ご飯	オムレツ ミートソース たこ八/金平ごぼう カニクリーミーコロケ 子持ちサラダ 香の物 ご飯	帆立入り中華あんかけ/水餃子 メバルの照り焼き 生姜天 三色豆 香の物 ご飯	鶏の唐揚げ みぞれあん 春雨サラダ 角揚げ煮 小松菜の炒め物 香の物 ご飯
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
602	13.1 23 83.2 3.1	497 17.8 8.5 84.3 1.9	533 14.2 12.8 88.9 2.8	539 13.4 13.1 89.4 2.8	534 12.8 15.4 83.3 2.6	455 17.8 6.3 79.1 1.7	512 14.8 12.4 82.7 3
	マンゴープリン	バナナの蒸しケーキ	すりおろしりんごゼリー	オムレツ/ステーキ/エビ&どら焼	白ごまプリン	コーヒーの蒸しケーキ	ソフトシュークリーム
タ	えびかつ 人参とツナの玉子炒め 鶏と青菜のなめたけ和え 豆乳入り五目しんじょう 三色豆 ご飯	からあげ おろしソース ひじきサラダ 菜の花の煮浸し 揚げボール 香の物 ご飯	ポークチャップ ツナポテト 豆サラダ 厚焼き玉子 香の物 ご飯	肉豆腐 野菜コロケ チンゲン菜ソテー ウインナー 香の物 ご飯	鶏肉の山椒風味あん 大根の梅和え 五目野菜天 金時豆 香の物 ご飯	豚肉と厚揚げの味噌炒め 南瓜のいとこ煮 茄子の生姜醤油 えび入り団子 香の物 ご飯	白身魚の南蛮ソース 筍の田舎煮 きゅうりと竹輪のさっぱり和え たこ八 香の物 ご飯
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
515	17.7 12.4 80.4 1.5	514 15.1 15.6 76.8 2.4	596 16.6 22.2 78 1.9	625 15.5 24.9 81.1 2.5	429 12.9 6.6 78 2.3	578 13.9 16.2 92.2 2.7	416 19.2 3.4 75.3 2.9
1日計	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
1553	44.5 44.8 234.8 6.1	1446 41.8 32.3 240.4 5.8	1596 42.8 46.8 242.8 7.1	1570 44.6 42.6 243.9 7.5	1420 35.9 32.6 239.4 6.9	1484 44.4 28.8 256.9 7.8	1340 42.6 22.3 236.7 8

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



週間献立表

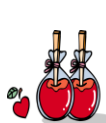


曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日
朝	ハムステーキ きのこソテー 菜の花のピーナッツ和え フルーツ 香の物 ご飯	筑前煮 鱈の西京焼き 白菜の胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯	野菜とウインナーのコンソメ煮 ナポリタン はんぺんのバター醤油 中華うり フルーツ ご飯	甘辛肉団子 ツナじゃが 真砂炒め フルーツ 香の物 ご飯	ベーコンエッグ 白菜サラダ 青菜のナムル 肉シュマイ 香の物 ご飯	鱈のバター醤油 京風がんも 菜の花の煮浸し フルーツ 味の花 ご飯	野菜炒め ぜんまい煮 あらびきミニウインナー フルーツ 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	507 13.2 13.1 83.1 2.7	453 16.3 7.5 76.8 2.1	432 10.1 5.8 82.8 2	512 12.7 11.2 88.3 2.6	467 12.3 15 69 1.7	424 18.1 5.3 74.6 2.7	418 9.7 10 70.4 1.6
昼	鱈の香味ソース/チヂミ 野菜炒め ター菜のソテー 明太平天 木耳昆布 ご飯	カレイの胡麻照り焼き 肉じゃが ハムマリネ 初恋の姫ゆば 香の物 ご飯	ハンバーグ 和風ソース 炊き合わせ 菜の花の炒め物 ポテトサラダ 香の物 ご飯	鶏の香味青紫蘇オイル焼き ゴーヤチャンプルー 子持ちサラダ さつま芋のレモンあん 香の物 ご飯	鱈の西京焼き 柚子胡椒香るコールスロー コーン揚げ 三色豆 香の物 ご飯	豆腐とひき肉包み 野菜あん 煮物 チンゲン菜のソテー 中華風茄子の煮びたし 香の物 ご飯	カニカニコンビ あさりと大根の時雨煮 南瓜サラダ ターサイの炒め物 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	497 15.7 12.3 78.4 2.6	446 13.6 6.6 81.3 2.7	494 15.1 12.2 78.3 2.2	523 15.2 15.6 78.2 2.6	612 19.7 22.5 79.2 1.7	554 12.2 19.8 79.7 2.9	433 11.7 6.4 79.9 2.8
夕	カスタードワッフル ポーク生姜焼き 玉子しんじょう天 大根サラダ 三色豆 香の物 ご飯	小倉あんパイ 豆腐ステーキのあんかけ 竹の子のハオ炒め チンゲン菜のしらす和え あおさ団子 香の物 ご飯	ソフトサラダ&雅饅頭 赤魚の醤油麹焼き 茄子の肉詰め揚げ 小松菜とツナのソテー 焼売 香の物 ご飯	ももゼリー 野菜のトマト煮込み 豆サラダ 野菜コロケ しめじとあさりのソテー 香の物 ご飯	ハッピーターン&黒棒 豚肉の生姜焼き 韓国風春雨サラダ 五目野菜天 クワイの小エビ炒め 香の物 ご飯	鉄フライスコーゲンウエース&ブッセ えびかつ 炊き合わせ 小松菜のピーナッツ和え ミニオムレツ 香の物 ご飯	プリン メバルの柚子味噌焼き 揚げ出し豆腐 角揚げ煮 きゅうりの梅和え 香の物 ご飯
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	664 17 28.3 80.2 2.3	447 12 9.7 75.5 2.6	506 19.8 10.2 79.9 2.2	562 13.4 15.5 89.5 2.4	621 16.5 21.7 85.9 3.5	501 15.9 9.3 86.4 2.5	493 21.3 11.2 74.2 2.8
1日計	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	1668 45.9 53.7 241.7 7.6	1346 41.9 23.8 233.6 7.4	1432 45 28.2 241 6.4	1597 41.3 42.3 256 7.6	1700 48.5 59.2 234.1 6.9	1479 46.2 34.4 240.7 8.1	1344 42.7 27.6 224.5 7.2

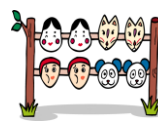
※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7





週間献立表

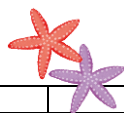


曜日	日	月	火	水	木	金	土						
日付	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日						
朝	チキンオープン焼き キャベツのカニカマサラダ 金平ごぼう フルーツ 香の物 ご飯	鱈の生姜焼き 切干大根煮 クワイの粒マスタード和え フルーツ 香の物 ご飯	大根のそぼろあん ジャーマンポテト 炒り玉子 フルーツ 香の物 ご飯	オムレツ&ソーセージ 野菜炒め 煮物 海苔佃煮 フルーツ ご飯	筑前煮 白菜の梅和え 真砂炒め フルーツ 香の物 ご飯	いわしハンバーグ 大根のそぼろあん コーンソテー フルーツ 香の物 ご飯	ハムステーキ オムレツ&青海苔ポテト チンゲン菜の和え物 フルーツ 香の物 ご飯						
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)					
423	14.1 6.4 75.6 1.6	446	14.7 7.2 77.7 1.8	461	10.8 9.3 82 2	475	13 11.2 77.8 2.5	387	11.2 4.4 73.4 1.6	469	14.5 8.2 83.4 3.2	477	11 13.7 75.9 1.8
昼	オマール海老のビスコロッケ ミニハンバーグ/コーンソテー ツナマリネ 味の花 フルーツ ご飯	豚しゃぶ 濃厚胡麻だれ 煮物 小松菜と干しエビの炒め物 コーン焼売 香の物 ご飯	ホキの夏野菜トマトソース ひじきサラダ 棒天 梅かつおザーサイ フルーツ ご飯	チキン南蛮 炊き合わせ 人参のしりしり わらびのお浸し 香の物 ご飯	スタミナ丼 ポテトサラダ 枝豆揚げ フルーツ 香の物	メバルの胡麻照り焼き 海老のサラダ 豚からとにんにくの芽の炒め物 茄子の生姜醤油 釜炊き生姜 ご飯	ハンバーグ パーベキューソース 京風がんも キャベツサラダ 白揚角天 香の物 ご飯						
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)					
623	13.7 19.8 94.9 2.8	639	16.6 27.6 76.5 2.1	442	18.1 6.2 77.6 2.9	572	15 20.2 79.3 3	599	15.8 23.9 76.5 1.9	520	21.8 11.1 82.5 3.2	529	21.2 12.7 81.7 3.3
	ソフトシュークリーム	ふ菓子&小倉羊羹	デミケーキ	小倉あんパイ	ぶどうゼリー	たべっ子どうぶつ	バナナの蒸しケーキ						
夕	ポークチャップ 豆サラダ 菜の花の煮浸し えび入り団子 香の物 ご飯	甘酢肉団子 マヨ玉サラダ ツナソテー はんぺんのバター醤油 香の物 ご飯	厚揚げ海鮮八宝菜 中華チリ春巻き 鶏と青菜のなめたけ和え さつまい芋の甘露煮 香の物 ご飯	鯖竜田 菜の花の白和え 厚焼き玉子 三色豆 香の物 ご飯	肉豆腐 大根フレンチサラダ 五目野菜天 コーン焼売 香の物 ご飯	チキントマトソース 南瓜サラダ 菜の花のソテー カニ風味つみれ 香の物 ご飯	帆立クリーミーコロッケ 五目ひじき煮 水餃子 フルーツ 香の物 ご飯						
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)					
633	19.5 23.5 81.9 2.2	565	14.7 16.9 85.9 3.1	436	12.6 6.4 79.5 2.3	635	19.8 25.2 77.9 1.8	625	15 23.9 83.3 2.9	474	15.2 13.9 70.4 2.5	527	9.9 15.2 85 1.9
1日計	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)					
1679	47.3 49.7 252.4 6.6	1650	46 51.7 240.1 7	1339	41.5 21.9 239.1 7.2	1682	47.8 56.6 235 7.3	1611	42 52.2 233.2 6.4	1463	51.5 33.2 236.3 8.9	1533	42.1 41.6 242.6 7

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしていませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7





週間献立表



曜日	日	月	火			
日付	8月29日	8月30日	8月31日			
朝	じゃがマガオムレツ きのこソテー ハムマリネ あらびきミニウインナー 香の物 ご飯	白身魚のきんぴらバーグ 里芋のそぼろ煮 青梗菜とカニかまの煮浸し フルーツ 香の物 ご飯	ポークチャップ あんかけオムレツ あさりと人参のソテー フルーツ 釜炊き生姜 ご飯			
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	440 11.8 8.1 78.1 2.2	432 11.5 4.5 84.9 2.8	570 14.8 20.6 76.9 2.2		
昼	赤魚の野菜あんかけ 南瓜サラダ 花天 うぐいす豆 香の物 ご飯	鶏肉のラ外ウイソース 煮物 牛蒡サラダ 小松菜の胡麻味噌炒め 香の物 ご飯	さわらの香草パン粉焼き/オムレツ 豚からの酢豚風 青菜のソテー ポテトサラダ 香の物 ご飯			
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	462 15.4 5.1 86.5 2.2	615 19.1 21.7 82.1 2.4			
夕	Feアセロラゼリー ポークさっぱり炒め マカロニサラダ クワイの小エビ炒め 棒天 香の物 ご飯	タラのきのこバター醤油 五目昆布煮 キャベツソテー 甘辛肉団子 香の物 ご飯	えびせん&黒棒 鶏肉の醤油焼き ジャーマンポテト 炒り玉子 大根の梅和え 味の花 ご飯			
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	631 16.9 23.8 82.5 2.5	489 24.1 6.3 82.7 2.8	504 18 11.8 79.2 2.7		
1日計	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	1533 44.1 37 247.1 6.9	1536 54.7 32.5 249.7 8	1587 53.6 45.6 230.7 7.1		

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7