

# 4月 週間献立表

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日
朝	豚肉と野菜のゆず塩炒め 小松菜と汐昆布の白和え 和風ミニハンバーグ 金時豆 香の物 ご飯	野菜豆腐ハンバーグ マカロニサラダ たまねぎ棒 フルーツ 香の物 ご飯	大根の田舎煮 野菜炒め 肉焼売 フルーツ 香の物 ご飯	ハムステーキ 金平ごぼう 白菜のイタリアンサラダ 金時豆 香の物 ご飯	鶏肉の野菜炒め 中華春雨 厚揚げの生姜煮 フルーツ 香の物 ご飯	肉じゃが ひじきサラダ 大根とザーサイのナムル 三色豆 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)
	452 12 10.4 75.7 1.4	507 14.6 9.6 88.4 3	463 14.4 10.3 75.4 2	508 11.1 13.1 84.1 2	417 9.8 7.6 74.7 1.7	499 11 12.1 86.4 2.7
昼	酢鶏／厚焼き玉子 野菜コロッケ つきこん金平 フルーツ 香の物 ご飯	メバルの醤油麹焼き 春雨の胡麻マヨサラダ 青梗菜のソテー オムレツ 香の物 ご飯	焼肉 煮物 白菜の塩昆布和え ポテトサラダ 香の物 ご飯	赤魚の野菜中華あん 南瓜サラダ 大葉香る春巻き 小松菜の炒め物 香の物 ご飯	ハンバーグ デミグラスソース あさりと大根の時雨煮 ツイストマカロニサラダ 大学芋 香の物 ご飯	エビカツ／のり塩チキンカツ シルバーサラダ たまねぎ棒 オムレツ 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)
	474 11.9 9.4 83.4 2.3	473 16.8 10.3 75.4 2.4	540 14 21.1 73.2 2.1	474 16.2 7.6 82.1 2.1	552 15.5 14.4 86.8 2.3	537 15.6 13.3 86.2 2.9
夕	みかんゼリー	チョコレートパイ&ソフトサラダ	白桃ゼリー	デミケーキ	青りんごゼリー	小倉羊羹&ハッピーターン
	カレー ひじきサラダ ツナソテー コーン焼売 香の物	ベーコンクリームフライ 炊き合わせ 小松菜のおかか和え 煮豆 香の物 ご飯	肉団子のトマトソース 揚げ出し豆腐 厚焼き玉子 菜の花の胡麻和え 香の物 ご飯	ポークさっぱり炒め カレーコロッケ チンゲン菜のピーナッツ和え ウインナー 香の物 ご飯	サーモンフライ コールスローサラダ 白菜と胡瓜の梅和え 炒り玉子 香の物 ご飯	豆腐ステーキ 柚子あん 昆布煮 南瓜の天ぷら 小松菜ソテー 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)
	608 17.9 21.3 84.6 3.7	541 11.3 20.1 77.2 2	565 19.2 16 85.1 3.3	593 15.4 25.4 74.9 2.2	504 15.5 12.3 80.5 1.7	482 9.5 16.4 72.4 2.1
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)
	1534 41.8 41.1 243.7 7.4	1521 42.7 40 241 7.4	1568 47.6 47.4 233.7 7.4	1575 42.7 46.1 241.1 6.3	1473 40.8 34.3 242 5.7	1518 36.1 41.8 245 7.7

※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枚	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	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日
朝	てりやきチキン なすのミートソースがけ 青菜とツナのソテー フルーツ 香の物 ご飯	肉団子おろしソース 切干大根煮 ポテトサラダ 金時豆 香の物 ご飯	厚揚げの煮物 なすの肉味噌かけ 青菜のおかか和え フルーツ 香の物 ご飯	鱈の照焼き 大根サラダ つきこん金平 三色豆 香の物 ご飯	ツナポテト イタリアンサラダ 人参ナポリタン フルーツ 香の物 ご飯	大根のそぼろあん おさかなソーセージ玉子炒め 甘辛肉団子 フルーツ 香の物 ご飯	すき煮 フレンチサラダ 花型さつま 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)
	440 11.7 13.6 64.8 1.3	567 15.9 13.3 93.3 3.3	455 10 10.7 76.8 2.1	404 13.9 5.3 72.6 1.4	411 8.3 6.1 80.1 1.4	453 13.3 9.3 76.5 2.5	436 10.2 10.1 76.7 2.8
昼	豚肉の味噌炒め 明太スパゲティ 白菜の煮びたし コーン焼売 香の物 ご飯	鯖の柚子味噌焼き コールスローサラダ 小松菜のごま油炒め 生姜天 香の物 ご飯	豚丼 オムレツ 合鴨のマリネ うぐいす豆 香の物	かつ煮 中華春雨 青梗菜の炒め物 花型さつま 香の物 ご飯	鱈のおろしあん マカロニサラダ 青菜のソテー 大豆の煮もの 香の物 ご飯	回鍋肉風/棒餃子 焼きビーフン ひじき煮 ミニ焼売 香の物 ご飯	ベーコンクリームフライ 枝豆天/茄子の生姜醤油 バターコーンソテー ウインナーソーセージ 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)
	487 16.2 11.6 77.2 1.8	473 13 13 73.6 2.4	714 18.7 29 94.2 2.7	503 15.3 10.8 83.9 2.5	518 20.1 11.1 82 3.1	487 11 8.6 89.8 2.4	598 12.7 25.5 77.6 2.1
夕	シャインマスカットゼリー 鯖竜田 チャブチェ 菜の花の辛子和え 豆乳がんと 香の物 ご飯	ソフトエクレア 八宝菜 春巻き 竹輪と胡瓜の汐昆布和え ミニ焼売 香の物 ご飯	マンゴープリン サーモンフライ 炊き合わせ 人参のしりしり 茄子の生姜醤油 香の物 ご飯	黒棒&ポテトフライ 豆腐ハンバーグ 野菜あん きのこ入り玉子炒め 小松菜のピーナッツ和え 水餃子 香の物 ご飯	カスタードプリン 筑前煮 栗かぼちゃコロッケ オムレツ えび入り団子 香の物 ご飯	どら焼き&えびせん 豚カツ 大根ときゅうりの梅和え さつま揚げの生姜醤油 かぼちゃ煮 香の物 ご飯	Feアセロラゼリー 赤魚の香味ソース つきこん金平 野菜コロッケ 金時豆 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)
	540 14.3 18.6 74.7 3	473 12.5 13.1 75 1.8	500 14.8 12 81.5 2.3	488 14.9 11 80.6 2.1	499 15.2 10.1 85.5 2.1	493 15.4 10.9 80.4 2.1	472 15.8 7 82.9 1.5
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)
	1467 42.2 43.8 216.7 6.1	1513 41.4 39.4 241.9 7.5	1669 43.5 51.7 252.5 7.1	1395 44.1 27.1 237.1 6	1428 43.6 27.3 247.6 6.6	1433 39.7 28.8 246.7 7	1506 38.7 42.6 237.2 6.4

\*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



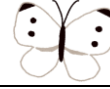
曜日	日	月	火	水	木	金	土	
日付	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	
朝	オムレツ ミートソース きのこソテー れんこんサラダ フルーツ 香の物 ご飯 	鱈の塩焼き なすの肉味噌かけ チンゲン菜の和え物 フルーツ 香の物 ご飯	ハムステーキ 大根のフレンチサラダ 菜の花の煮浸し フルーツ 香の物 ご飯	肉野菜炒め 炊き合わせ 甘辛肉団子 フルーツ 香の物 ご飯 	鶏じゃが キャベツのカニカマサラダ ひじきの炒り煮 金時豆 香の物 ご飯	大根の田舎煮 焼きビーフン 肉焼売 フルーツ 香の物 ご飯	鱈の照焼き 豚肉と大根の煮物 ポテトサラダ 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)	468 10.9 8.9 83.7 2.1	402 13.8 7.4 67.1 1.5	466 10.6 13 75 2.1	460 12.2 11.8 75.3 2	502 10.9 12.2 86.6 1.2	472 13.7 10 78.7 1.7	423 14 7.9 71 1.5
昼	肉団子の酢豚風/カレーコロッケ 大根サラダ 青梗菜のソテー おかずぜんまい 香の物 ご飯 	ビーフかつ ナポリタン あさりと大根の時雨煮 ツナマリネ 香の物 ご飯	ハンバーグおろしソース/南瓜天 和風ひじきサラダ 小松菜のコンソメソテー 金時豆 香の物 ご飯 	海老かつ 肉じゃが 白菜の韓国風サラダ コーン焼売 香の物 ご飯	豚肉と木耳の玉子炒め/南部竹輪天 春雨マヨサラダ チンゲン菜ソテー ウインナーソーセージ 香の物 ご飯	メバルの西京焼き 野菜コロッケ 厚焼き玉子 つきこんのピリ辛炒め 香の物 ご飯 	大判肉包み 野菜あん ツイストマカロニサラダ がんもの煮物 かぼちゃ煮 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)	491 11.8 10.5 85.5 3.3	567 14.2 15.3 90.7 2.4	562 14.5 17.1 85.5 2.8	571 13.6 15.6 91.4 2.6	559 13.9 21.4 74 2.7	518 18.1 10.6 85.4 2.3	544 13.1 12.7 90.2 2.8
夕	チョコみるっく&ハッピーターン ハヤシライス 中華春雨 小松菜のピーナッツ和え ウインナー 香の物	青りんごゼリー 豚肉の生姜焼き 白菜サラダ 大学芋 豆乳がんも 香の物 ご飯 	栗饅頭&ソフトサラダ 牛肉コロッケ 昆布煮 炒り玉子 水餃子 香の物 ご飯	みかんゼリー 筑前煮 メンチカツ 小松菜の胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯	ソフトシュークリーム イタリアントマトフライ ぜんまいの白和え 角揚げ煮 さつま芋のレモンあん 香の物 ご飯 	白桃ゼリー 根菜つくねバーグ 炊き合わせ ほうれん草平焼き 白菜のピーナッツ和え 香の物 ご飯	黒棒&ポテトフライ すき煮 春雨の胡麻マヨサラダ チンゲン菜のナムル えび入り団子 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)	577 13.2 19.5 84.2 3.7	614 15.2 24.1 83 2.6	524 10.2 12.6 90.7 1.9	471 13.1 9.9 81.4 1.8	521 10.2 15.2 84.4 2.2	523 15.3 10.2 89.3 3.5	565 14.7 19.5 83.6 3.4
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)	1536 35.9 38.9 253.4 9.1	1583 43.2 46.8 240.8 6.5	1552 35.3 42.7 251.2 6.8	1502 38.9 37.3 248.1 6.4	1582 35 48.8 245 6.1	1513 47.1 30.8 253.4 7.5	1532 41.8 40.1 244.8 7.7

※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	水	木	金	土	
日付	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	
朝	チキンの香草パン粉焼き 白菜のイタリアンサラダ 人参のしりしり フルーツ 香の物 ご飯	ハムステーキ チャブチェ 枝豆天 フルーツ 香の物 ご飯	甘辛肉団子 野菜炒め チンゲン菜の和え物 フルーツ 香の物 ご飯	豚肉と野菜のゆず塩炒め あさりと大根の時雨煮 ちくわ煮 三色豆 香の物 ご飯	大根のそぼろあん 白菜のツナサラダ ハムステーキ フルーツ 香の物 ご飯	生姜入り豆腐ステーキ 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	ツナポテト 厚揚げのそぼろ煮 つきこんのピリ辛炒め 三色豆 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)	452 13.1 10.6 72.9 1.7	441 10 11.3 72.6 1.7	476 14.6 9.9 80 3.2	429 10.2 7.6 79.1 1.9	406 9.3 8.1 71.5 1.7	456 9.5 9.7 80.5 2.5	445 10.7 5.3 87.4 1.8
昼	オムレツ ミートソース 和風ひじきサラダ 菜の花ソテー さつま芋のレモンあん 香の物 ご飯	赤魚の照焼き 肉焼売／小松菜の炒め物 大根と椎茸の煮物 茄子の南蛮漬け 香の物 ご飯	豆腐ハンバーグ 和風きのこあん 栗かぼちゃコロッセ 大豆のトマト煮 釜炊き生姜 香の物 ご飯	鱈の香味あん たまねぎ棒／つきこんの味噌炒め オムレツ ポテトサラダ 香の物 ご飯	チキン南蛮 中華春雨 枝豆天 小松菜の塩胡椒炒め 香の物 ご飯	深川井 切干大根煮 コーン焼売／赤平天 フルーツ 香の物	さわらの黒酢ソース チャブチェ 菜の花の辛子和え さつま芋のレモンあん 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)	550 12.8 15.3 88.8 2.8	510 18.6 10.3 81.1 3	492 14.2 9.8 84.8 2.8	455 17.2 6.8 78.4 2.6	549 16.7 13.2 87.8 3.6	513 20.6 8.6 84.5 2.7	558 14.4 16.7 85.1 1.9
夕	カスタードプリン ベーコンクリームフライ 大根サラダ たまねぎ棒 フルーツ 香の物 ご飯	鉄コラーゲンウエハース&小倉羊羹 八宝菜 春巻き ポテトサラダ 三色豆 香の物 ご飯	Feアセロラゼリー 鶏唐揚げ おさかなソーセージ玉子炒め がんも煮 クワイの粒マスタート和え 香の物 ご飯	チョコレートパイ&えびせん 海老かつ イタリアンサラダ 菜の花のピーナッツ和え ウインナー 香の物 ご飯	シャインマスカットゼリー ハンバーグトマトソース 大根サラダ 青梗菜の胡麻和え 金時豆 香の物 ご飯	ソフトエクレア ローズとんかつ 青菜と玉子炒め 大豆の煮物 ポテトサラダ 香の物 ご飯	マンゴープリン 和風チキンステーキ マカロニサラダ たまねぎ棒 オムレツ 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)	603 11.6 24.8 81.4 2	496 12 13.9 79.5 1.4	558 20.1 13.2 86.5 3.4	482 13 12.5 78.1 1.7	458 13.7 7.2 82.3 2.3	594 16.7 20.3 83.7 2	518 18.9 13 78.9 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)	1605 37.5 50.7 243.1 6.5	1447 40.6 35.5 233.2 6.1	1526 48.9 32.9 251.3 9.4	1366 40.4 26.9 235.6 6.2	1413 39.7 28.5 241.6 7.6	1563 46.8 38.6 248.7 7.2	1521 44 35 251.4 6.4

※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	4月28日	4月29日	4月30日				
朝	ポークチャップ フレンチサラダ クワイの小エビ炒め フルーツ 香の物 ご飯 	肉野菜炒め 小松菜と汐昆布の白和え ツナソテー フルーツ  香の物 ご飯	筑前煮 厚揚げのカニカマあん ツイストマカロニサラダ 金時豆  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) 456 10.5 14.2 70.2 1.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 400 9 9.4 68.3 1.2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 504 13 12 84 1.7				
昼	牛肉コロッケ ベペロンチーノ 白揚げ天 チンゲン菜の白胡麻炒め 香の物 ご飯 	豚からの酢豚風／春巻き 焼きビーフン 大学芋 うぐいす豆  香の物 ご飯	鯖のおろしあん 肉じゃが オムレツ 小松菜のソテー 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) 516 11.6 11.3 89.9 2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 520 9.6 8.7 98.2 1.8	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 535 15.5 13.8 83.5 2.7				
タ	メープルクリームワッフル メバルの香味ソース 切干大根煮 和風ミニハンバーグ 白菜の煮浸し  香の物 ご飯	白桃ゼリー 赤魚の照焼き なすの肉味噌かけ チンゲン菜のピーナッツ和え えび入り団子  香の物 ご飯	ソフトシュークリーム 肉団子のトマトソース カレーコロッケ 角揚げ煮 白菜ときゅうりのなめたけ和え 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) 456 18.6 6.7 77 2.2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 494 18.3 8.9 81.3 2.6	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 510 15.8 10.4 86.5 3.5				
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) 1428 40.7 32.2 237.1 5.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1414 36.9 27 247.8 5.6	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1549 44.3 36.2 254 7.9				



※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			水	木	金	土
日付			5月1日	5月2日	5月3日	5月4日
朝			野菜豆腐ハンバーグ シルバーサラダ たこ八 フルーツ 香の物 ご飯	大根のそぼろあん 人参とベーコンの玉子炒め 金平ごぼう フルーツ 香の物 ご飯	すき煮 中華春雨 花型さつま揚げ 三色豆 香の物 ご飯	甘辛肉団子 なすの肉味噌がけ インゲンの炒め物 がんも煮 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) 463 13.7 7.7 82.3 2.7	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 410 10.5 6.2 75.6 2.1	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 471 11.4 8.8 87.3 3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 563 16.6 15.9 85.5 3.7
昼			豚肉と茄子の味噌炒め／春巻き 煮物 柚子香るコールスロー 三色豆 香の物 ご飯	鶏唐揚げ／オムレツ 田舎煮 青菜の炒め物 ポテトサラダ 香の物 ご飯	ハムマヨサラダフライ／甘辛肉団子 ツイストマカロニサラダ 大豆のトマト煮 蒟蒻のピリ辛炒め 香の物 ご飯	オムレツ ミートソース キャベツサラダ 野菜コロッケ 青梗菜のコンソメソーテー 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) 548 12.7 13.7 92.7 2.8	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 569 18.9 18.7 79.7 2.7	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 577 13.6 17 91 2.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 507 12.3 12 85.2 2.2
夕			シヤインマスカットゼリー ベーコンクリームフライ ササミときゅうりの梅和え 小松菜のおかか和え コーン焼売 香の物 ご飯	どら焼き&ハッピーターン 厚揚げきのこソース カニクリーミーコロッケ 人参のしりしり 白菜の塩昆布和え 香の物 ご飯	カスタードプリン 鶏もも山椒焼き イタリアンサラダ 大学芋 木耳きんぴら 香の物 ご飯	ソフトエクレア 家常豆腐(ジャージャン豆腐) 南瓜サラダ 切干大根煮 玉ねぎボール 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) 563 12 22.5 75.6 1.7	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 451 9.1 10 80.1 2.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 494 17.5 13.7 72.9 1.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 495 12.1 9.9 86.1 3
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) 1574 38.4 43.9 250.6 7.2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1430 38.5 34.9 235.4 7.3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1542 42.5 39.5 251.2 7	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1565 41 37.8 256.8 8.9

※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枚	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	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日
朝	チキンの香草パン粉焼き フレンチサラダ 人参ナポリタン フルーツ 香の物 ご飯 	野菜炒め 煮物 さつま芋サラダ ミニ焼売 香の物 ご飯 	ハムステーキ 大根サラダ 青菜のおかか和え フルーツ 香の物 ご飯 	鶏じゃが チャブチエ 生姜天 フルーツ 香の物 ご飯	スクランブルエッグ ひじきの白和え 菜の花のごま油炒め うぐいす豆 香の物 ご飯	田舎煮 なすの肉味噌炒め 青梗菜のソテー フルーツ 香の物 ご飯 	ジャーマンポテト 煮物 たこ八 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) 451 13.1 8.9 76.7 2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 445 8.9 10.2 78 1.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 438 9.3 13.9 67.2 1.5	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 475 10.5 10.9 81.4 1	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 456 14.3 9.5 77.7 1.6	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 453 11.3 10.3 76.8 1.8	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 419 10.6 4.6 83.2 2.2
昼	ハンバーグ 中華野菜あん 竹の子の味噌炒め 水餃子 青菜の塩胡椒炒め 香の物 ご飯	和風チキン 中華サラダ 角揚げ煮 人参のしりしり 香の物 ご飯 	えびカツ 和風ひじきサラダ 大豆煮 白菜の塩昆布和え 香の物 ご飯	スタミナ丼 カレーロール さつま芋サラダ フルーツ 香の物 ご飯	メバルの胡麻照焼き マカロニサラダ 竹輪煮 甘辛肉団子 香の物 ご飯 	チキン南蛮 肉じゃが オムレツ 小松菜の塩胡椒炒め 香の物 ご飯	ベーコンクリームフライ 中華春雨 切干大根煮 うぐいす豆 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) 471 14.4 8.9 80.9 3	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 466 16.3 10.3 74.7 2.4	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 578 18.6 16.2 89.3 3.1	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 884 18.5 26.5 140.2 2.2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 550 19.6 13.2 85.8 3.3	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 563 17.8 13.6 89 3.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 615 11.7 21.9 91.3 2
夕	白桃ゼリー 豚肉の生姜焼き 春巻き チンゲン菜の韓国ナムル風サラダ 三色豆 香の物 ご飯 	デミケーキ サーモンフライ ツイストマカロニサラダ コーンソテー ウインナー 香の物 ご飯	青りんごゼリー 豆腐ハンバーグ きのこあん 田舎煮 きゅうりと竹輪の塩昆布和え コーン焼売 香の物 ご飯	パウムクーヘン&ポテトフライ ポークチャップ 野菜コロッケ 小松菜の和え物 木耳きんぴら 香の物 ご飯	マンゴープリン 豚肉と野菜の味噌炒め 炊き合わせ インゲンのカニカマ和え ポテトサラダ 香の物 ご飯 	チョコみるっく&えびせん 赤魚の醤油麴焼き 白菜サラダ カニクリームコロッケ フルーツ 香の物 ご飯	みかんゼリー 八宝菜 ツイストマカロニサラダ 角揚げ煮 水餃子 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) 588 15.2 22.1 81.4 2.4	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 553 15.9 16.9 81 1.8	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 460 13.8 7.5 81.3 3.1	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 527 12.6 19.4 74.9 1.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 538 13.2 19.4 77.9 2.6	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 458 14.7 10.7 72.7 1.2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 528 13.6 15.8 80.5 2.1
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) 1510 42.7 39.9 239 7.4	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1464 41.1 37.4 233.7 6.1	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1476 41.7 37.6 237.8 7.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1886 41.6 56.8 296.5 5.1	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1544 47.1 42.1 241.4 7.5	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1474 43.8 34.6 238.5 6.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1562 35.9 42.3 255 6.3

※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	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日
朝	オムレツ オーロラソース フレンチサラダ コーンソテー 三色豆 香の物 ご飯	筑前煮 イタリアンサラダ 蒟蒻のピリ辛炒め フルーツ 香の物 ご飯	鶏肉の野菜炒め 南瓜サラダ オムレツ フルーツ 香の物 ご飯	大根のそぼろあん チャブチエ 菜の花の辛子和え ミニ焼売 香の物 ご飯	ハムステーキ 切干大根煮 ポテトサラダ 三色豆 香の物 ご飯	鱈の照焼き 豚肉と大根の煮物 オムレツ フルーツ 香の物 ご飯	オムレツ オーロラソース なすの肉味噌かけ がんも煮 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) 480 11.7 10.7 82 1.7	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 414 10 8.1 74.8 1.7	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 458 11.9 9.3 78.5 1.6	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 408 10.5 5.4 76.6 2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 503 10.9 14 81.8 1.8	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 401 15.3 4.8 70.7 1.6	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 518 11.8 14.2 82 2.1
昼	回鍋肉/野菜春巻き 蓮根金平 ポテトサラダ オムレツ 香の物 ご飯	かつ煮 炊き合わせ ツイストマカロニサラダ 金時豆 香の物 ご飯	赤魚の西京焼き 野菜春巻き 人参のしりしり 大学芋 香の物 ご飯	サーモンフライ タルタルソース ひじきの五目煮 青菜のソテー オムレツ 香の物 ご飯	かに玉/かに風味焼売 中華春雨 茄子の生姜醤油 青梗菜と搾菜の炒め物 香の物 ご飯	鶏唐揚げ 金平ごぼうのそぼろ炒め 大豆のトマト煮 ウインナーソーセージ 香の物 ご飯	ハムカツ/ほうれん草平焼き ツナサラダ 小松菜のコンソメソテー さつま芋のレモンあん 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) 499 10.7 10.2 89.1 2.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 614 18.6 17.2 92.9 2.8	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 462 15.7 7.5 79.5 1.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 542 15.1 15.9 82.6 2.7	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 458 9 10.7 79.2 2.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 541 20.2 17.5 74.3 2.2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 568 11.6 17.3 89.2 1.6
タ	ソフトシュークリーム 豆腐ステーキ ごぼうサラダ 小松菜のピーナッツ和え ミニ焼売 香の物 ご飯	カスタードプリン 肉団子の野菜あん/水餃子 焼きビーフン カニクリームコロッケ 梅ときゅうりのさっぱり和え 香の物 ご飯	黒棒&鉄コラーゲンウエハース 牛肉コロッケ ササミと大根の中華サラダ ひじき煮 フルーツ 香の物 ご飯	Feアセロラゼリー ミートボールのきのこおろしソース 昆布煮 たこ八 インゲンのおかか和え 香の物 ご飯	メープルクリームワッフル メバルの香味ソース マカロニサラダ 厚揚げ煮 木耳きんぴら 香の物 ご飯	シャインマスカットゼリー 豆腐ハンバーグ 野菜あん イタリアンサラダ 生姜天 コーン焼売 香の物 ご飯	どら焼き&ソフトサラダ 筑前煮 韓国風サラダ 野菜コロッケ 三色豆 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) 511 11.2 13.5 83.6 3.1	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 536 12.6 12.9 89.8 2.6	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 490 8.9 10 90.2 1.9	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 470 16.4 7.4 82.7 4.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 455 16.3 9 73.8 1.6	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 476 13.9 10.8 78.3 2.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 483 12.8 9.1 86.6 1.8
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) 1490 33.6 34.4 254.7 7.2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1564 41.2 38.2 257.5 7.1	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1410 36.5 26.8 248.2 5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1420 42 28.7 241.9 9.1	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1416 36.2 33.7 234.8 5.8	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1418 49.4 33.1 223.3 6.3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1569 36.2 40.6 257.8 5.5

※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	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日
朝	ジャーマンポテト ひじきサラダ ツナソテー フルーツ 香の物 ご飯	すき煮 フレンチサラダ 人参ナポリタン フルーツ 香の物 ご飯	鶏じゃが ひじきの白和え 真砂炒め うぐいす豆 香の物 ご飯	豆腐ステーキ マカロニサラダ 甘辛肉団子 フルーツ 香の物 ご飯	甘辛肉団子 肉じゃが コーンソテー フルーツ 香の物 ご飯	豚肉の味噌炒め 厚揚げのそぼろ煮 鶏と大根のなめたけ和え フルーツ 香の物 ご飯	厚揚げきのこソース 菜の花の白和え 青菜のおかか和え 金時豆 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) 422 9.3 7.5 79.3 2.2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 451 9.5 10.5 80.5 2.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 500 11.3 12.4 84.6 0.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 533 12.9 14.5 85.6 2.8	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 538 15.7 11.6 90.6 3.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 467 16.1 11.1 73.5 1.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 414 10.3 6.1 79 2
昼	八宝菜 あさりと大根の時雨煮 竹輪の天ぷら 水餃子 香の物 ご飯	ハンバーグ おろしソース かき揚げ 合鴨のマリネ 生姜天 香の物 ご飯	大判厚切りハムカツ ツイストマカロニサラダ オムレツ 青菜の炒め物 香の物 ご飯	肉焼売の野菜あん 中華春雨 野菜春巻き さつま芋のレモンあん 香の物 ご飯	親子丼 ポテトサラダ ひじき煮 フルーツ 香の物 ご飯	鱈の塩焼き ひれカツ 小松菜のソテー 大豆の煮もの 香の物 ご飯	肉団子の酢豚風/オムレツ ペペロンチーノ たまねぎ棒 さつま芋サラダ 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) 458 11.8 11.2 74.7 2.3	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 615 17.8 22.1 83.1 2.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 574 14.8 18 86.1 2.5	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 548 13 11.1 96.3 2.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 573 19.8 18.5 78.7 2.1	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 467 22.1 8.8 76.7 3.8	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 549 15 11.5 93.7 3.7
夕	青りんごゼリー 鯖竜田 五目煮 きゅうりとカニカマの梅和え オムレツ 香の物 ご飯	チョコレートパイ&ハッピーターン 鯖の胡麻照り焼き 大根の煮物 春雨サラダ ツナソテー 香の物 ご飯	マンゴープリン ポークさっぱり炒め カニクリームコロッケ 春巻き 白菜のピーナッツ和え コーン焼売 香の物 ご飯	栗饅頭&えびせん 和風チキンステーキ/野菜コロッケ クワイの中華炒め 白菜とカニの梅和え 花型さつま揚げ 香の物 ご飯	みかんゼリー ベーコンクリームフライ 炊き合わせ チンゲン菜のソテー ミニ焼売 香の物 ご飯	デミケーキ 肉野菜炒め 田舎煮 厚焼き玉子 大学芋 香の物 ご飯	白桃ゼリー メバルの山椒照り焼き ひじきサラダ ニラ玉 コーン焼売 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) 523 14 18.1 72.6 2.5	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 498 12.5 13.9 77.2 2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 592 18.5 19.9 82.8 2.3	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 517 19.6 11.7 81.1 2.5	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 600 12.7 24.3 80.5 2.1	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 450 9.9 9.5 79.4 1.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 474 18 10 74.8 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) 1403 35.1 36.8 226.6 7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1564 39.8 46.5 240.8 7.6	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1666 44.6 50.3 253.5 5.7	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1598 45.5 37.3 263 8.2	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1711 48.2 54.4 249.8 7.9	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1404 48.1 29.4 229.6 7.4	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1437 43.3 27.6 247.5 8.5

※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
日付	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日
朝	スクランブルエッグ 白菜のイタリアンサラダ ウインナーソーセージ フルーツ 香の物 ご飯	筑前煮 キャベツのカニカマサラダ ツナソテー 甘辛肉団子 香の物 ご飯	チキンの香草パン粉焼き ハムと小柱のサラダ たこ八 フルーツ 香の物 ご飯	豆腐ハンバーグ ビーフン フレンチサラダ うぐいす豆 香の物 ご飯	オムレツ ミートソース 南瓜サラダ 白菜の胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯	大根のそぼろあん イタリアンサラダ たまねぎ棒 うぐいす豆 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)
昼	豆腐ハンバーグ 生姜あん マカロニサラダ 野菜コロッケ がんも煮 香の物 ご飯	鯖の柚子味噌焼き 煮物 青梗菜のソテー オムレツ 香の物 ご飯	厚揚げのすき焼き風煮 ひじきサラダ 平焼き 菜の花のオイスター炒め 香の物 ご飯	牛肉コロッケ 田舎煮 つきこんの味噌炒め ポテトサラダ 香の物 ご飯	大判肉包み 黒酢あん シルバーサラダ かに風味焼売 小松菜の炒め物 香の物 ご飯	サーモンフライ タルタルソース 切干大根煮 厚焼き玉子 さつま芋のレモンあん 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)
夕	小倉羊羹&ポテトフライ えびカツ チャブチェ 生姜天 フルーツ 香の物 ご飯	シャインマスカットゼリー 厚揚げの中華あんかけ 炒り玉子 ポテトサラダ 小松菜のナムル 香の物 ご飯	ソフトエクレア すき煮 野菜コロッケ 菜の花の辛子和え 大学芋 香の物 ご飯	カスタードプリン 肉団子おろしソース 高菜スパゲティ クワイの粒マスタード和え ミニ焼売 香の物 ご飯	チョコみるっく&ソフトサラダ ヒレカツ 人参とベーコンの玉子炒め 青菜のおかか和え がんも煮 香の物 ご飯	Feアセロラゼリー 酢鶏/野菜春巻き 白菜サラダ つきこん金平 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)
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)

※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