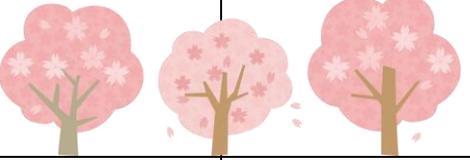


4月 週間献立表

曜日	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					
朝	 ハムステーキ 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 きのコンテー 肉焼売 フルーツ 香の物 ご飯	野菜豆腐ハンバーグ 金平ごぼう キャベツ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)	564 12.3 17.6 86.1 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)	438 12.2 9 76.1 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)	478 13.2 7.8 86.6 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)	417 9.5 7.8 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)	501 11.3 12.5 85.5 2.6
昼	 ひれかつ 炊き合わせ れんこんサラダ 白菜の塩昆布和え 香の物 ご飯	豚の焼肉炒め 平焼き／青梗菜のソテー カレーコロッケ 大豆のトマト煮 香の物 ご飯	鶏天の野菜中華あん／花天 南瓜サラダ 小松菜の炒め物 ぶち海老入り水餃子 香の物 ご飯	タラの幽庵焼き あさりと大根の時雨煮 チンジャオロース風春巻き 青菜のコンソメソテー 香の物 ご飯	海鮮海老かつ／のり塩チキンカツ シルバーサラダ さつまあげ 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)	510 14.7 13.9 80 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)	586 16.3 22.6 78.5 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)	495 15.6 9.8 83.4 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)	420 16.4 3 77.2 3	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	534 14.3 13.2 87.1 2.9
おやつ	じゃがいも じゃがいも じゃがいも	宇治抹茶ロールケーキ&ソフトサラダ	マンゴープリン	チョコミるつく&ハッピーターン	白桃ゼリー					
夕	 チキンステーキマトソース 揚げ出し豆腐 オムレツ 菜の花の胡麻和え 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	ポークさっぱり炒め 春巻き インゲンのピーナッツ和え ウインナー 香の物 ご飯	牛肉コロッケ 炊き合わせ 菜の花のソテー 煮豆 香の物 ご飯	豆腐ステーキ 切干大根煮 ミニメンチカツ 胡瓜のなめたけ和え 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)	545 20.1 18.3 73.7 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)	504 15.5 12.3 80.5 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)	615 15.9 27 76.2 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)	507 11.5 10.4 90.1 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)	515 12.1 13.2 84.6 2.6
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)	1619 47.1 49.8 239.8 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)	1528 44 43.9 235.1 5.5	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	1588 44.7 44.6 246.2 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)	1344 37.4 21.2 242.1 6.8	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	1550 37.7 38.9 257.2 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6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日
朝	スクランブルエッグ 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	ハンバーグデミグラスソース 昆布煮 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 白菜サラダ 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 甘辛肉団子 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 人参ナポリタン 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)
494	13.3 14.5 75.9 1.5	455 10.2 10.4 79.2 1.9	459 10.1 10.6 77.7 2.1	436 14.8 8.7 72.1 1.3	459 11.5 9.5 81 1.8	396 10.3 5.1 74.8 2	439 9.9 10.3 77.3 2.8
昼	豚肉の味噌炒め ボンゴレスパゲティ 竹輪天 白菜の煮びたし 香の物 ご飯	鰯の葱味噌焼き 肉じゃが 小松菜のごま油炒め 生姜天 香の物 ご飯	牛肉コロッケ ひじきと竹輪の煮物 ツナマリネ オムレツ 香の物 ご飯	豚丼 大根青じそごまサラダ 青梗菜の炒め物/花型さつま フルーツ 香の物	鯖の塩焼き マカロニサラダ ハンバーグ 菜の花のソテー 香の物 ご飯	回鍋肉/棒餃子 焼きビーフン ひじき煮 クワイの粒マスタード和え 香の物 ご飯	ベーコンクリームフライ 山菜パスタ 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)
464	15.3 15.5 77.8 2	437 18.2 5.2 76.6 2.4	526 11.7 13.1 89.5 2.1	664 17.7 26 89.3 3.3	623 18.5 26 74.9 2.8	491 10.4 8.6 92 2.4	592 12.7 22.8 81.7 2.1
おやつ	窯焼きシュークリーム	小倉羊羹&ポテトフライ	みかんゼリー	チョコレートパイ&食物繊維と全粒粉ウエハース	黒棒&ソフトサラダ	メープルクリームワッフル	ココナッツサブレ
夕	鯖竜田 チャブチエ 菜の花の辛子和え がんも煮 香の物 ご飯	八宝菜 春巻き 大根と胡瓜の汐昆布和え 焼売 香の物 ご飯	豆腐ハンバーグ 野菜あん きのこ入り玉子炒め ぶち海老入り水餃子 人参のしりしり 香の物 ご飯	サーモンフライ 炊き合わせ 小松菜のピーナッツ和え 茄子の生姜醤油 香の物 ご飯	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	ひれかつ 大根ときゅうりの梅和え 茄子の生姜醤油 かぼちゃ煮 香の物 ご飯	赤魚の香味ソース つきこん金平 ハンバーグ 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)
584	16.2 22.4 74.8 3.1	447 10.1 11.6 77.7 1.8	482 15.7 11.1 77.9 1.9	506 14.8 11.7 83.8 2.5	483 14.5 9.9 82.4 2.1	464 14.1 10.4 76.2 1.8	455 17.4 6.1 78.6 1.6
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)
1542	44.8 52.4 228.5 6.6	1339 38.5 27.2 233.5 6.1	1467 37.5 34.8 245.1 6.1	1606 47.3 46.4 245.2 7.1	1565 44.5 45.4 238.3 6.7	1351 34.8 24.1 243 6.2	1486 40 39.2 237.6 6.5

*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



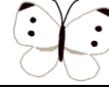
曜日	日	月	火	水	木	金	土																																																					
日付	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日																																																					
朝	ハムステーキ きのこソテー れんこんサラダ フルーツ 香の物 ご飯 	鰯の塩焼き なすの肉味噌かけ チンゲン菜の和え物 うぐいす豆 香の物 ご飯	オムレツ ミートソース 大根のフレンチサラダ 菜の花の煮浸し フルーツ 香の物 ご飯	肉野菜炒め 炊き合わせ 甘辛肉団子 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	ハムステーキ 焼きビーフン ポテトサラダ フルーツ 香の物 ご飯	鰯のごま焼き 豚肉と大根の煮物 肉焼売 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) 524 11.4 15.9 82.3 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) 460 15.2 7.9 78.9 2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 423 9.8 7.9 75.7 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) 450 11.7 11.3 74.3 2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 502 10.9 12.1 86.6 1.3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 474 9 13.8 76 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) 440 15.5 7.1 75.2 1.6	昼	肉団子の甘酢あん／カレーコロケ ツイストサラダ オムレツ 青梗菜のソテー 香の物 ご飯 	チキンステーキ／菜の花とチーズのコロッケ 中華サラダ あさりと大根の時雨煮 ほうれん草焼売 香の物 ご飯	ハンバーグ おろしソース 野菜うま煮 竹輪天 ツナマリネ 香の物 ご飯 	ホッケの胡麻照り焼き 金平ごぼう／花天 厚揚げのゆばあんかけ 白菜サラダ 香の物 ご飯	豚肉と木耳の玉子炒め／カニクリームコロッケ 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	赤魚の照り焼き／紫芋コロケ 高菜スパゲティ 甘辛肉団子 大豆の煮物 香の物 ご飯 	鶏のから揚げ 野菜甘酢あん ツイストマカロニサラダ がんも煮 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) 602 14 19.6 89.8 3.2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 524 13.6 13.8 85.2 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) 526 15.3 15.6 79.8 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) 477 16.7 8.8 80 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) 559 13.5 23.8 76.6 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) 560 17.2 12.2 93.9 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) 609 16.3 18.7 89.7 2.5	おやつ	カスタードプリン	オーツクランチチョコチップ&ナッツ	栗饅頭&えびせん	窯焼きシュークリーム	シャインマスカットゼリー	パウムクーヘン&ポテトフライ	マンゴープリン	夕	ハヤシライス 中華春雨 小松菜のピーナッツ和え フルーツ 香の物	豚肉の生姜焼き 白菜サラダ がんもと人参の煮物 大学芋 香の物 ご飯 	鶏のから揚げ 昆布煮 炒り玉子 ぶち海老入り水餃子 香の物 ご飯	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	サーモンフライ 南瓜のいとこ煮 がんもと人参の煮物 白菜のピーナッツ和え 香の物 ご飯 	豆腐ハンバーグ 生姜あん ツナの玉子炒め たまねぎ棒 大学芋 香の物 ご飯	すき煮 キャベツの胡麻マヨサラダ 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) 564 11.6 17.8 87.2 3.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 610 14.7 23.6 83.7 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) 488 16.2 11.2 78.1 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) 461 12.7 9.9 79.2 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) 533 15.2 10.6 91.4 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) 496 15.4 8.7 87.2 3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 564 15 21.1 80.4 3.3	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) 1690 37 53.3 259.3 8.9	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1594 43.5 45.3 247.8 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) 1437 41.3 34.7 233.6 6.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1388 41.1 30 233.5 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) 1594 39.6 46.5 254.6 6.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1530 41.6 34.7 257.1 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) 1613 46.8 46.9 245.3 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) 524 11.4 15.9 82.3 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) 460 15.2 7.9 78.9 2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 423 9.8 7.9 75.7 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) 450 11.7 11.3 74.3 2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 502 10.9 12.1 86.6 1.3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 474 9 13.8 76 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) 440 15.5 7.1 75.2 1.6																																																					
昼	肉団子の甘酢あん／カレーコロケ ツイストサラダ オムレツ 青梗菜のソテー 香の物 ご飯 	チキンステーキ／菜の花とチーズのコロッケ 中華サラダ あさりと大根の時雨煮 ほうれん草焼売 香の物 ご飯	ハンバーグ おろしソース 野菜うま煮 竹輪天 ツナマリネ 香の物 ご飯 	ホッケの胡麻照り焼き 金平ごぼう／花天 厚揚げのゆばあんかけ 白菜サラダ 香の物 ご飯	豚肉と木耳の玉子炒め／カニクリームコロッケ 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	赤魚の照り焼き／紫芋コロケ 高菜スパゲティ 甘辛肉団子 大豆の煮物 香の物 ご飯 	鶏のから揚げ 野菜甘酢あん ツイストマカロニサラダ がんも煮 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) 602 14 19.6 89.8 3.2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 524 13.6 13.8 85.2 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) 526 15.3 15.6 79.8 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) 477 16.7 8.8 80 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) 559 13.5 23.8 76.6 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) 560 17.2 12.2 93.9 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) 609 16.3 18.7 89.7 2.5	おやつ	カスタードプリン	オーツクランチチョコチップ&ナッツ	栗饅頭&えびせん	窯焼きシュークリーム	シャインマスカットゼリー	パウムクーヘン&ポテトフライ	マンゴープリン	夕	ハヤシライス 中華春雨 小松菜のピーナッツ和え フルーツ 香の物	豚肉の生姜焼き 白菜サラダ がんもと人参の煮物 大学芋 香の物 ご飯 	鶏のから揚げ 昆布煮 炒り玉子 ぶち海老入り水餃子 香の物 ご飯	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	サーモンフライ 南瓜のいとこ煮 がんもと人参の煮物 白菜のピーナッツ和え 香の物 ご飯 	豆腐ハンバーグ 生姜あん ツナの玉子炒め たまねぎ棒 大学芋 香の物 ご飯	すき煮 キャベツの胡麻マヨサラダ 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) 564 11.6 17.8 87.2 3.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 610 14.7 23.6 83.7 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) 488 16.2 11.2 78.1 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) 461 12.7 9.9 79.2 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) 533 15.2 10.6 91.4 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) 496 15.4 8.7 87.2 3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 564 15 21.1 80.4 3.3	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) 1690 37 53.3 259.3 8.9	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1594 43.5 45.3 247.8 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) 1437 41.3 34.7 233.6 6.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1388 41.1 30 233.5 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) 1594 39.6 46.5 254.6 6.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1530 41.6 34.7 257.1 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) 1613 46.8 46.9 245.3 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) 602 14 19.6 89.8 3.2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 524 13.6 13.8 85.2 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) 526 15.3 15.6 79.8 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) 477 16.7 8.8 80 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) 559 13.5 23.8 76.6 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) 560 17.2 12.2 93.9 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) 609 16.3 18.7 89.7 2.5																																																					
おやつ	カスタードプリン	オーツクランチチョコチップ&ナッツ	栗饅頭&えびせん	窯焼きシュークリーム	シャインマスカットゼリー	パウムクーヘン&ポテトフライ	マンゴープリン																																																					
夕	ハヤシライス 中華春雨 小松菜のピーナッツ和え フルーツ 香の物	豚肉の生姜焼き 白菜サラダ がんもと人参の煮物 大学芋 香の物 ご飯 	鶏のから揚げ 昆布煮 炒り玉子 ぶち海老入り水餃子 香の物 ご飯	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	サーモンフライ 南瓜のいとこ煮 がんもと人参の煮物 白菜のピーナッツ和え 香の物 ご飯 	豆腐ハンバーグ 生姜あん ツナの玉子炒め たまねぎ棒 大学芋 香の物 ご飯	すき煮 キャベツの胡麻マヨサラダ 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) 564 11.6 17.8 87.2 3.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 610 14.7 23.6 83.7 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) 488 16.2 11.2 78.1 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) 461 12.7 9.9 79.2 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) 533 15.2 10.6 91.4 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) 496 15.4 8.7 87.2 3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 564 15 21.1 80.4 3.3	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) 1690 37 53.3 259.3 8.9	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1594 43.5 45.3 247.8 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) 1437 41.3 34.7 233.6 6.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1388 41.1 30 233.5 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) 1594 39.6 46.5 254.6 6.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1530 41.6 34.7 257.1 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) 1613 46.8 46.9 245.3 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) 564 11.6 17.8 87.2 3.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 610 14.7 23.6 83.7 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) 488 16.2 11.2 78.1 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) 461 12.7 9.9 79.2 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) 533 15.2 10.6 91.4 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) 496 15.4 8.7 87.2 3	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 564 15 21.1 80.4 3.3																																																					
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) 1690 37 53.3 259.3 8.9	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1594 43.5 45.3 247.8 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) 1437 41.3 34.7 233.6 6.5	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1388 41.1 30 233.5 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) 1594 39.6 46.5 254.6 6.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1530 41.6 34.7 257.1 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) 1613 46.8 46.9 245.3 7.4																																																					

※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20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日
朝	鶏の照焼き 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	大根の田舎煮 野菜炒め オムレツ フルーツ 香の物 ご飯	豚肉と野菜のゆず塩炒め なすの肉味噌かけ 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 オムレツ ウインナー 香の物 ご飯	豆腐ステーキ キャベツのカニカマサラダ ツナソテー 焼売 香の物 ご飯	ツナポテト あさりと大根の時雨煮 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)	448 9.9 11.8 73.1 1.7	394 11.2 6.2 70.7 1.8	472 11 11.7 79.4 1.8	407 11.1 8.2 69.4 2	474 10.8 12 78.6 2.1	418 10 3.2 86.8 1.9
昼	オムレツ ミートソース 和風ひじきサラダ 青菜ソテー さつま芋のレモンあん 香の物 ご飯	海老カツ 山菜パスタ 茄子の南蛮漬け 小松菜の炒め物 香の物 ご飯	タラの和風きのこあん ミニメンチカツ 大豆のトマト煮 ほうれん草焼売 香の物 ご飯	厚揚げのずき煮 春巻き ポテトサラダ つきこんの味噌炒め 香の物 ご飯	チキン南蛮 タルタルソース 中華サラダ ほうれん草平焼き 小松菜の塩胡椒炒め 香の物 ご飯	深川井 こふき芋 ひじきの青じそサラダ フルーツ 香の物	鱈の香味ソース チャブチェ 青菜の辛子和え 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)	491 12 11.3 83.2 2.2	484 19.1 10 76.9 1.9	533 11.3 16.1 84.2 2.5	587 15.6 18.1 86.6 2.9	431 16.8 5.5 76 2.2	424 15.3 4.4 77.9 1.7
おやつ	メープルクリームワッフル	白桃ゼリー	チョコみるつく&鉄ガラスコーゲンウエース	どら焼き&ハッピーターン	宇治抹茶ロールケーキ&食物繊維と全粒粉ウエ	カスタードプリン	デミケーキ
夕	牛肉コロッケ 大根サラダ ほうれん草平焼き フルーツ 香の物 ご飯	八宝菜 春巻き ポテトサラダ 三色豆 香の物 ご飯	メンチカツ 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ド和え 香の物 ご飯	鱈の塩焼き 南瓜のいとこ煮 チンゲン菜のピーナッツ和え えび入り団子 香の物 ご飯	ハンバーグトマトソース ペロンチーノ インゲンの胡麻和え 金時豆 香の物 ご飯	海老かつ 白菜の高菜炒め 大豆の煮物 生姜天 香の物 ご飯	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)	478 9.8 12.7 83.5 1.7	572 15.5 19.4 81.2 2	476 19.5 5.1 85.9 3.4	525 14.4 12.9 86.4 2.5	476 13.8 10.1 81.4 2	534 18.3 14.7 78.8 2.5
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)	1417 31.7 35.8 239.8 5.6	1450 45.8 35.6 228.8 5.7	1481 41.8 32.9 249.5 7.7	1519 41.1 39.2 242.4 7.4	1381 41.4 27.6 236 6.3	1376 43.6 22.3 243.5 6.1

※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



週間献立表

曜日	日	月	火	水
日付	4月27日	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 	野菜豆腐ハンバーグ チャプチェ 金平ごぼう フルーツ 香の物 ご飯 	筑前煮 ツイストマカロニサラダ 厚揚げのカニカマあん 金時豆 香の物  ご飯	肉野菜炒め 炊き合わせ 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) 457 10.2 14.4 69.8 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) 459 12.5 6.2 85.6 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) 522 12.9 14.4 83 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) 421 10.9 9.2 72.4 1.8
昼	カレーコロッケ ペペロンチーノ ミニハンバーグ チンゲン菜の白胡麻炒め 香の物 ご飯 	豚からの酢豚風/生姜揚げ餃子 韓国風サラダ フライドポテト うぐいす豆 香の物 ご飯 	サーモンフライ ナポリタン オムレツ 小松菜のソテー 香の物 ご飯 	豆腐ハンバーグ 野菜あん コールスローサラダ 竹輪煮 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) 531 11.7 13.2 89.3 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) 490 10.3 11.6 85 2	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 505 15.3 11.3 83.2 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) 465 14.8 8.9 80.4 3.1
おやつ	ココナッツサブレ	バウムクーヘン&ソフトサラダ	窯焼きシュークリーム	みかんゼリー
夕	赤魚の照焼き 切干大根煮 肉焼売 白菜の煮浸し 香の物  ご飯	ひれかつ 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	すき煮 カレーコロッケ インゲンソテー ひじき煮 香の物 ご飯	オムレツ ミートソース ハムと大根の梅和え さつまあげ 小松菜のおかか和え 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) 474 17.8 7.7 80.5 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) 494 15.1 13.8 75.7 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) 557 13.1 18.7 85.3 3.4	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 494 12.8 11.1 82.8 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) 1462 39.7 35.3 239.6 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) 1443 37.9 31.6 246.3 6.6	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1584 41.3 44.4 251.5 6.9	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1380 38.5 29.2 235.6 7.6



※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