



週間予定献立表



	8月25日（月）	8月26日（火）	8月27日（水）	8月28日（木）	8月29日（金）	8月30日（土）	8月31日（日）
朝食	ご飯 みそ汁 納豆 青梗菜と油揚げ炒め さくら漬け 【エネルギー】 379 kcal 【たんぱく質】 14.6 g 【脂質】 8.0 g 【炭水化物】 65.5 g 【塩分】 3.5 g	ご飯 みそ汁 赤魚みりん焼き キャベツの甘酢和え 青かつば漬け 【エネルギー】 429 kcal 【たんぱく質】 18.7 g 【脂質】 10.7 g 【炭水化物】 67.5 g 【塩分】 3.0 g	ご飯 みそ汁 切り干し大根と高野の煮物 ほうれん草の胡麻和え ふりかけ 【エネルギー】 354 kcal 【たんぱく質】 10.3 g 【脂質】 4.6 g 【炭水化物】 68.7 g 【塩分】 3.0 g	ご飯 みそ汁 肉団子 ソーセージと野菜のソテー たいみそ 【エネルギー】 527 kcal 【たんぱく質】 20.7 g 【脂質】 14.6 g 【炭水化物】 82.0 g 【塩分】 3.0 g	ご飯 みそ汁 温泉玉子 刺み昆布の煮物 さくら漬け 【エネルギー】 375 kcal 【たんぱく質】 13.6 g 【脂質】 7.8 g 【炭水化物】 62.3 g 【塩分】 2.5 g	ご飯 みそ汁 いわしの梅煮 小松菜の味噌マヨ和え しそ昆布 【エネルギー】 369 kcal 【たんぱく質】 10.5 g 【脂質】 5.9 g 【炭水化物】 68.9 g 【塩分】 3.1 g	ご飯 みそ汁 豆腐のふんわり天 キャベツのおかか和え ふりかけ 【エネルギー】 332 kcal 【たんぱく質】 11.0 g 【脂質】 6.8 g 【炭水化物】 68.6 g 【塩分】 2.9 g
	ご飯 鶏肉の照り焼き 大根の和風サラダ りんごムース 牛乳	カニピラフ エビチリ レタスとツナサラダ みかん缶 牛乳	ご飯 麻婆茄子 オクラのおかか和え パイン缶 牛乳	カレーライス 福神漬け モロヘイヤと長芋の和え物 白桃缶 牛乳	ご飯 豚肉の柳川風 カブの浅漬け フルーツミックス 牛乳	ご飯 煮込みハンバーグ キャベツの塩ダレ和え バナナ 牛乳	ご飯 アジの南蛮漬け カボチャサラダ キウイフルーツ 牛乳
	マドレーヌ	レモンケーキ	チョコクレープ	蒸しカスタードケーキ	やわらかおかき(砂糖醤油)	どらやき	バームクーヘン
	【エネルギー】 561 kcal 【たんぱく質】 28.4 g 【脂質】 11.7 g 【炭水化物】 89.0 g 【塩分】 1.4 g	【エネルギー】 686 kcal 【たんぱく質】 32.9 g 【脂質】 21.5 g 【炭水化物】 95.6 g 【塩分】 3.6 g	【エネルギー】 625 kcal 【たんぱく質】 17.5 g 【脂質】 26.2 g 【炭水化物】 84.0 g 【塩分】 1.0 g	【エネルギー】 808 kcal 【たんぱく質】 22.3 g 【脂質】 31.6 g 【炭水化物】 113.8 g 【塩分】 3.3 g	【エネルギー】 598 kcal 【たんぱく質】 25.0 g 【脂質】 17.3 g 【炭水化物】 87.8 g 【塩分】 1.8 g	【エネルギー】 769 kcal 【たんぱく質】 28.8 g 【脂質】 22.9 g 【炭水化物】 117.5 g 【塩分】 3.9 g	【エネルギー】 697 kcal 【たんぱく質】 28.7 g 【脂質】 22.6 g 【炭水化物】 101.3 g 【塩分】 2.0 g
夕食	ご飯 ホキのマスタード焼 玉ねぎとワカメの酢の物 野菜ジュース 【エネルギー】 406 kcal 【たんぱく質】 17.2 g 【脂質】 9.7 g 【炭水化物】 64.5 g 【塩分】 2.7 g	ご飯 ほっけのみりん焼き キャベツのスープ煮 なすの揚げ浸し 【エネルギー】 472 kcal 【たんぱく質】 17.5 g 【脂質】 16.8 g 【炭水化物】 64.3 g 【塩分】 1.8 g	ご飯 鶏肉の香味ソース 大根の含め煮 豆昆布 【エネルギー】 427 kcal 【たんぱく質】 22.7 g 【脂質】 6.5 g 【炭水化物】 69.7 g 【塩分】 2.1 g	ご飯 鮭の辛子醤油焼き 春雨サラダ ピルクル 【エネルギー】 426 kcal 【たんぱく質】 19.6 g 【脂質】 7.4 g 【炭水化物】 71.5 g 【塩分】 1.6 g	ご飯 鰯の西京漬け焼き 卵の花 青かつば漬け 【エネルギー】 425 kcal 【たんぱく質】 13.3 g 【脂質】 6.8 g 【炭水化物】 78.8 g 【塩分】 2.2 g	ご飯 かに玉 大根の柚子酢漬け たくあん漬け 【エネルギー】 424 kcal 【たんぱく質】 13.5 g 【脂質】 6.5 g 【炭水化物】 76.8 g 【塩分】 2.5 g	炒飯 シュウマイ カリフラワーのマリネ ぶどうジュース 【エネルギー】 581 kcal 【たんぱく質】 17.7 g 【脂質】 20.0 g 【炭水化物】 82.8 g 【塩分】 1.4 g

都合によりメニューを変更する場合があります。
ご了承願います。 栄養管理担当

掲示期限 R7年月日迄