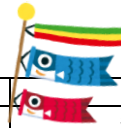




週間献立表



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日
朝	生姜入り豆腐ステーキ キャベツさっと煮 香の物 ご飯 みそ汁	鯖の照焼き 切干大根煮 黒豆 ご飯 みそ汁	ジャーマンポテト 白菜とカニカマのサラダ フルーツ パン コンソメスープ	つくねの照焼き 煮物 ごま昆布 ご飯 みそ汁	肉野菜炒め 鱈の照り焼き ごま昆布 ご飯 みそ汁	ハムステーキ フレンチサラダ フルーツ パン コンソメスープ
	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	鶏の山椒照り焼き 大根と竹輪の煮物 ニラ玉 フルーツ ご飯 みそ汁	オムレツ ミートソース キャベツサラダ インゲンソテー 釜炊き生姜 ご飯 みそ汁	甘辛唐揚げ 大根のしらす煮 菜の花ソテー まぐろ角煮 ご飯 みそ汁	白身魚の柚子味噌焼き 竹の子煮 チンゲン菜ソテー フルーツ ご飯 みそ汁	豆腐ステーキそぼろあん 人参の玉子炒め マカロニサラダ 塩麹金平 ご飯 みそ汁	チキンステーキ&オムレツ 五目ひじき にぎり揚げ あみえび昆布 ご飯 みそ汁
	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	鯖おろしあん 竹の子のそぼろ炒め 鶏とオクラのなめたけ和え 香の物 ご飯 お吸い物	チキン味噌焼き あさり炒め ター菜のナムル フルーツ ご飯 みそ汁	ポークさっぱり炒め ササミときゅうりの梅和え かぼちゃ煮 三色豆 ご飯 みそ汁	チキン香味ソース ポテトとベーコンのコンソメ煮 いんげんのピーナッツ和え 香の物 ご飯 みそ汁	ミートボールのブラウンソース 大根のさっぱり和え オニオンソテー フルーツ ご飯 コンソメスープ	エビフライ&コロケ ベジタブルキッシュ風 ツナマリネ 香の物 ご飯 みそ汁
	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)
	1688 57.2 49 243.1 10.6	1626 62.5 36.3 249.8 9.6	1591 52 48.8 231.8 10.2	1713 62.4 47.8 247.4 9.8	1495 46.1 35.6 238.9 10.8	1511 48.4 41.1 231.9 9.7

※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	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日
朝	大根のそぼろあん 厚焼き玉子 味の花 ご飯 みそ汁	ふわふわ揚げ生姜あん ふるふき大根 姫筍もみじおろし ご飯 みそ汁	鱈の照焼き 大豆煮 フルーツ ご飯 みそ汁	ベーコンエッグ ポテトサラダ フルーツ パン コンソメスープ	筑前煮 鱈の照焼き 三色豆 ご飯 お吸い物	肉じゃが ミートボール 釜炊き生姜 ご飯 みそ汁	バーグピカタ 温野菜のイタリアンサラダ フルーツ パン コンソメスープ
	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)
昼	けんちんうどん 炒り豆腐 花小丸 フルーツ	マグロの和風おろしソース 肉野菜炒め ミートエッグ平焼き 金時豆 ご飯 みそ汁	ポーク味噌焼き 京風がんも煮 オクラのおかか和え 海苔佃煮 ご飯 みそ汁	赤魚の幽庵焼き 貝柱の酢味噌和え 刻み昆布煮 キムチもやし ご飯 みそ汁	唐揚げ 和風サラダ じゃがいものそぼろあん フルーツ ご飯 みそ汁	チキン棒天 白菜と竹輪のごま酢和え 生姜入りがんも まぐろ角煮 ご飯 みそ汁	鱈の照焼き 田舎煮 山芋磯辺揚げ 香の物 ご飯 みそ汁
	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)
夕	タラのきのこバター醤油 炊き合わせ 菜の花のカニカマ和え うり葉唐辛子 ご飯 みそ汁	牛焼肉 煮物 ポテトサラダ フルーツ ご飯 お吸い物	卵の花フライ 五目切干大根 キャベツときゅうりの胡麻和え 子持ちサラダ ご飯 みそ汁	照焼きハンバーグ 温野菜とベーコンのコンソメ煮 菜の花ソテー えびちりめん ご飯 みそ汁	秋刀魚の塩焼き 里芋のいとこ煮 もやしナムル 高菜炒め ご飯 みそ汁	豆腐ステーキ中華あんかけ ササミときゅうりの梅和え 茄子煮浸し 塩麴金平 ご飯 みそ汁	ひれかつ 炒り豆腐 タラモサラダ うり葉唐辛子 ご飯 みそ汁
	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)
1日計	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 炭水化物(g) 塩分(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)	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



週 間 献 立 表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日
朝	海鮮焼き ブロッコリーのしらす和え ごま昆布 ご飯 みそ汁	厚揚げチャンプル ザーサイナムル 金時豆 ご飯 みそ汁	鮭塩焼き カニ焼売 えびちりめん ご飯 みそ汁	ハムエッグ ポテトサラダ フルーツ パン コンソメスープ	野菜炒め 里芋のそぼろあん 子持ちサラダ ご飯 みそ汁	鯖の生姜焼き 煮物 磯わかめ ご飯 みそ汁	ミートオムレツ コールスローサラダ フルーツ パン コンソメスープ
	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)
	342 13.1 2.5 66.2 2	401 11.5 6.3 72.3 2.8	480 21.6 10 72.4 1.9	468 15.2 20.2 55.3 3.1	389 10.2 3.6 78.5 2.6	583 20.2 21.6 72.5 3.8	475 15.8 11.9 76.9 3.4
昼	五目そば つくねの大葉巻き 鶏とオクラのなめたけ和え フルーツ	チキンカツ ベジタブルキッシュ風 菜の花のピーナッツ和え 塩麴金平 ご飯 みそ汁	カニ玉 筍の味噌炒め 小松菜と竹輪の煮浸し フルーツ ご飯 みそ汁	梅と赤しその豆腐揚げ あざりと大根の時雨煮 ハムマリネ キムチもやし ご飯 みそ汁	カレーのおろしあん 炊き合わせ きのこほうれん草の白和え 三色豆 ご飯 みそ汁	鶏の照り焼き もやし炒め イカと野菜の包み蒸し 高菜炒め ご飯 みそ汁	鮭の白胡麻焼き 茄子の肉味噌 ひじきと黒胡麻の豆腐揚げ 海苔佃煮 ご飯 みそ汁
	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)
	479 21.6 7.9 80.8 5	561 19.7 16.1 83.5 2.3	449 12 6.3 82.5 3	560 15.8 19.6 76.5 3.8	490 23.6 3.6 90.9 4.1	683 27 20.9 90.8 3.4	556 24.6 14.4 79.1 3.6
夕	白身魚のピリ辛焼き 里芋のそぼろあん インゲンソテー 大根昆布 ご飯 みそ汁	五目中華あんかけ 炊き合わせ アメリカンドック 香の物 ご飯 みそ汁	チキンピカタ風 クリームシチュー 春巻き フルーツ ご飯 お吸い物	ポーク生姜焼き チンゲン菜とツナのソテー ふんわり蒸し 香の物 ご飯 みそ汁	ビビンバ丼 大根の胡麻サラダ えび入り団子 フルーツ 中華スープ	厚揚げの野菜あんかけ 鶏とオクラのなめたけ和え 南瓜煮 天着高菜炒め ご飯 みそ汁	牛焼肉 白菜サラダ 大豆煮 味の花 ご飯 みそ汁
	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)
	485 20.2 9.1 78.3 3.8	510 16.9 8.9 87.6 3.7	627 20.1 20.2 90.8 3	517 19.1 15.3 72.3 3.3	635 22.2 18.7 91.5 3.9	448 13.5 4.1 87.7 4.1	624 19.3 23.4 82.2 3.9
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)
	1306 54.9 19.5 225.3 10.8	1472 48.1 31.3 243.4 8.8	1556 53.7 36.5 245.7 7.9	1545 50.1 55.1 204.1 10.2	1514 56 25.9 260.9 10.6	1714 60.7 46.6 251 11.3	1655 59.7 49.7 238.2 10.9

※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21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	
朝	つくねの照焼き 五目切干大根 香の物 ご飯 みそ汁	鱈の生姜焼き さつま芋煮 昆布豆 ご飯 みそ汁	スクランブルエッグ 菜の花ソテー まぐろ角煮 ご飯 みそ汁	トマトシチュー フレンチサラダ フルーツ パン コンソメスープ	生姜入り豆腐ステーキ 人参味噌炒め ごま昆布 ご飯 みそ汁	鮭の照焼き 煮物 海苔佃煮 ご飯 みそ汁	ベーコンエッグ キャベツとカニカマのサラダ フルーツ パン コンソメスープ	
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	527 15.4 14.5 79.7 2.5	512 20 7.8 87 2.7	474 20.4 11.6 69.1 2.8	532 17.9 23.1 55.6 2.8	449 10.6 9.2 78.2 3.2	486 24.4 7.7 76.4 3.6	493 14.8 20.6 61.6 3.5
昼	ミートソーススパゲッティ ブロッコリーエビサラダ はんぺんのバター醤油 フルーツ コンソメスープ	照玉ハンバーグ ジャーマンポテト 白菜のナムル風サラダ 香の物 ご飯 みそ汁	菜の花のカルボナーラロールフライ 豚肉と大根の煮物 鱈の照り焼き 釜炊き生姜 ご飯 みそ汁	チンジャオロースー 玉ねぎと合鴨のマリネ 真砂炒め 塩麴金平 ご飯 みそ汁	シーフードカレー 豆サラダ 肉ごぼろ フルーツ コンソメスープ	生姜焼き 大根のそぼろあん 胡麻サラダ 味の花 ご飯 みそ汁	イカげそメンチ 五目ひじき チンゲン菜とザーサイのナムル 香の物 ご飯 みそ汁	
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	658 25 12.5 91 3.4	564 15.9 8.5 93.9 3.6	608 19.3 18.4 87.1 3.2	517 10.7 18.9 73.8 2.7	585 15.9 14.6 95.7 4.4	616 17.5 20.4 88.8 4	447 14.7 7 79.6 4.8
夕	ポトフ 五目卵の花 チンゲン菜のナムル 姫筍もみじおろし ご飯 みそ汁	牛肉コロッケ 豆サラダ しめじとあさりのソテー フルーツ ご飯 みそ汁	豚肉と厚揚げの味噌炒め 明太カリフラワーサラダ エビ焼売 フルーツ ご飯 みそ汁	大判肉包み 煮物 クワイと青菜炒め えびちりめん ご飯 みそ汁	鯖おろしあん 大根とベーコンのコンソメ煮 イカと野菜の包み蒸し 子持ちサラダ ご飯 お吸い物	チキントマトソース あさりの玉子炒め 大学芋 フルーツ ご飯 みそ汁	中華うま煮 ごぼうサラダ はんぺんのバター醤油 あみえび昆布 ご飯 みそ汁	
	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	539 15 14.1 88.1 3.4	639 15.8 17.9 101.5 2.4	529 16.3 15.7 77.6 2.7	495 12.6 7.9 90.7 3.3	580 20.2 20.9 73.6 3	738 26.6 24.4 92 2.5	508 16.5 13.2 78.6 3.3
1日計	エネルギー 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	1724 55.4 41.1 258.8 9.3	1715 51.7 34.2 282.4 8.7	1611 56 45.7 233.8 8.7	1544 41.2 49.9 220.1 8.8	1614 46.7 44.7 247.5 10.6	1840 68.5 52.5 257.2 10.1	1448 46 40.8 219.8 11.6

※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



週間献立表



曜日	日	月	火	水		
日付	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日		
朝	海鮮焼き ふるふき大根 釜炊き生姜 ご飯 お吸い物	筑前煮 菜の花の白和え まぐろ角煮 ご飯 みそ汁	大根のそぼろあん 厚焼き玉子 えびちりめん ご飯 みそ汁	温野菜クリームシチュー キャベツとカニカマのサラダ フルーツ パン 中華コーンスープ		
	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)		
	402 12.4 1.6 82.6 3.4	451 18.1 6.7 78.4 2.9	490 17.4 12.4 75.8 3	506 10.8 11.9 86.9 2.9		
昼	カレーそば 五目卵の花 合鴨サラダ フルーツ	牛丼 明太プロッコリーサラダ 厚揚げ煮 フルーツ みそ汁	鶏と野菜の甘酢あん 人参しりしり 焼売2種 キムチもやし ご飯 みそ汁	カレイの香味ソース 京風がんも煮 青菜のごま和え うり菜唐辛子 ご飯 みそ汁		
	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)		
	478 16.6 11.6 76.5 3.5	720 18.7 25.8 99.5 4	559 16.9 16.3 83.4 3.5	507 19.7 11.6 77.7 3.5		
夕	豆腐ステーキそぼろあん さわらの照焼き 貝柱の酢味噌和え ごま昆布 ご飯 みそ汁	ポークチャップ ササミときゅうりの梅和え えび入り団子 塩麹金平 ご飯 みそ汁	白身魚のピリ辛焼き 五目切干大根 さつま芋のレモンあん フルーツ ご飯 お吸い物	鶏肉の山椒照り焼き ポテトとベーコンのコンソメ煮 アメリカンドック なめ茸おろし ご飯 みそ汁		
	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)		
	531 21 12.2 79.9 4.1	548 21.2 12.9 84.1 3.4	580 19.7 11.2 97.2 2.8	679 25 24.1 85.2 3.2		
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)		
	1411 50 25.4 239 11	1719 58 45.4 262 10.3	1629 54 39.9 256.4 9.3	1692 55.5 47.6 249.8 9.6		

※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

マルコシ クックチル献立表

曜日							
日付							
朝							
昼							
夕							
1日計							

※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