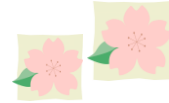






週間献立表



曜日	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	4月7日	
朝	ホキの京風焼き チャブチエ 黒豆 ご飯 みそ汁 	筑前煮 ひじきの白和え 塩麴金平 ご飯 みそ汁	さごしの胡麻焼き チンゲン菜の煮浸し 茶花豆 ご飯 みそ汁	クリームシチュー オムレツ フルーツ パン コンソメスープ	高野豆腐のそぼろ炒め 冬瓜のおかか和え 香の物 ご飯 みそ汁	厚焼き玉子 ひじきの炒り煮 あみ佃 ご飯 みそ汁	ウィンナーソテー マカロニサラダ フルーツ パン 中華スープ	
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	438 17.1 3.8 81.4 3.3	443 14 8.1 77.7 2.3	407 14.8 5.2 72.7 1.8	518 17.6 17.6 71.6 3.5	425 13.8 6.3 76.8 2.7	401 12.1 5.3 76.5 2.8	510 14.4 25.6 56.6 3.1
昼	かき揚げそば (かき揚げ) 竹の子のさつと煮 フルーツ 	メバルの柚子味噌焼き 玉子しんじょうの天ぷら 田舎煮 大豆の旨煮 ご飯 みそ汁	豆腐のうま煮 小松菜のごまサラダ 七味炒め つぼ漬昆布 ご飯 みそ汁	サンマの粕漬け焼き 大根のそぼろ煮 さつまいもサラダ 高菜炒め ご飯 みそ汁	味噌ポーク焼き 白菜の韓国ナムル風サラダ 京風がんも フルーツ ご飯 みそ汁	白身魚のきのこあんかけ じゃが芋そぼろあん 菜の花サラダ 味の花 ご飯 みそ汁	ポークカレー 卵の花 フルーツ 福神漬 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)	483 18.3 10.1 81.3 3.6	522 22.3 11.1 82.3 3.3	465 16.4 10 76.8 3.3	580 18.7 19.3 79.9 3.1	527 17.6 14.7 77.1 3.4	543 23.9 6.9 96.2 3.9	553 13.3 15.7 86.3 3.8
夕	肉豆腐 白菜の玉子炒め 菜の花のしらす和え 香の物 ご飯 お吸い物	鶏肉の照り焼き フレンチサラダ クワイの明太炒め フルーツ ご飯 みそ汁	サーモンフライ あさりの玉子炒め がんも煮 フルーツ ご飯 みそ汁	甘辛唐揚げ ブロッコリーソテー ピリ辛ごぼう揚げ 香の物 ご飯 お吸い物	牛肉入りコロケ デミグラスシチュー あっさりセロリ 子持ちサラダ ご飯 みそ汁	ポークチャップ ササミときゅうりの梅和え チーズポテト フルーツ ご飯 みそ汁	サワラの京風焼き 貝柱の酢味噌和え カニと野菜の包み蒸し 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)	583 18 20.7 77.4 3.8	564 20.1 14.4 84.9 2.3	519 17.2 12.6 81.7 2.2	475 14.7 12.2 73.9 2.4	592 12.6 16.2 96 3.6	517 15.5 13.9 80.7 2.2	501 21.6 8.2 81.7 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)	1504 53.4 34.6 240.1 10.7	1529 56.4 33.6 244.9 7.9	1391 48.4 27.8 231.2 7.3	1573 51 49.1 225.4 9	1544 44 37.2 249.9 9.7	1461 51.5 26.1 253.4 8.9	1564 49.3 49.5 224.6 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



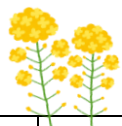
週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日
朝	生姜入り豆腐ステーキ キャベツのカニカマサラダ マグロ角煮 ご飯 みそ汁	干草玉子焼き 春雨炒め 香の物 ご飯 みそ汁	いか小判 真砂炒め ごま昆布 ご飯 みそ汁	スクランブルエッグ ササゲのツナ和え フルーツ パン 中華スープ	ふわふわ揚げ生姜あん 切干大根のそぼろ炒め 塩麹金平 ご飯 みそ汁	大根のそぼろあん チンゲン菜のしらす和え 三色豆 ご飯 みそ汁	ハムステーキ ごぼうサラダ 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)
460	13 9.5 78.7 3.3	371 9.7 4.5 70 2.9	444 17.4 2.2 86.5 1.7	468 19.3 12.2 69.5 3.4	552 12.6 18.4 81.9 3.4	415 11.4 3.4 83.2 2.4	455 13.9 19.8 54.8 2.5
昼	きのこうどん 厚揚げ煮 白花豆 フルーツ	ハンバーグおろしソース 白菜サラダ たこ八 釜炊生姜 ご飯 みそ汁	鱈の柚子味噌焼き インゲンの胡麻味噌和え 香の物 ご飯 みそ汁	豚肉のオイスター炒め 春巻き きゅうりと竹輪のさっぱり和え うずら豆 ご飯 みそ汁	エビフライ 菜の花と塩昆布の白和え ふき煮 香の物 ご飯 みそ汁	つくね大葉巻きハンバーグ 大根のさっと煮 オクラのなめたけ和え フルーツ ご飯 みそ汁	赤魚の胡麻焼き 竹の子のそぼろ炒め 小松菜の和え物 木耳きんぴら 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)
431	11.5 4.4 88.3 4.7	495 14.8 10.5 83.4 3.9	433 20.2 5.2 75.3 3.5	612 14.7 18.8 92.9 3.2	504 12.9 11 89.4 2.7	549 19.1 10 94.2 4.4	432 18.6 4.7 77.3 3
夕	ひれかつ 小松菜の煮浸し カレーボール煮 フルーツ ご飯 みそ汁	鱈の胡麻照り焼き 肉じゃが 菜の花のピーナッツ和え 香の物 ご飯 お吸い物	チキンの香草焼き 五目昆布煮 ポテトサラダ フルーツ ご飯 みそ汁	若鶏ごま香り揚げ 白菜のごま酢和え たんぼぼさつまの煮物 香の物 ご飯 みそ汁	肉団子のきのこおろしソース マヨ玉サラダ 五目野菜天 フルーツ ご飯 みそ汁	厚揚げの中華あんかけ 焼売 かぼちゃ煮 キムチもやし ご飯 みそ汁	ポークさっぱり炒め いんげんのピーナッツ和え 棒天 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)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
509	16.2 9.3 88.2 3.1	482 19.9 5.8 85.4 3.9	511 27.5 7.2 84.2 3	504 16.2 13.1 78.7 3.1	557 19.6 9.5 98.3 3.9	496 13.2 8.7 87.7 3.8	484 16.2 11.7 77.8 3.8
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)
1400	40.7 23.2 255.2 11.1	1348 44.4 20.8 238.8 10.7	1388 65.1 14.6 246 8.2	1584 50.2 44.1 241.1 9.7	1613 45.1 38.9 269.6 10	1460 43.7 22.1 265.1 10.6	1371 48.7 36.2 209.9 9.3

*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15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日
朝	じゃがマガオムレツ 茄子の生姜醤油和え 茶花豆 ご飯 みそ汁	野菜炒め 煮物 海苔佃煮 ご飯 みそ汁	甘辛肉団子 キャロットサラダ 野沢菜味噌漬け ご飯 みそ汁	照り焼きチキン コールスローサラダ フルーツ パン コンソメスープ	肉じゃが クワイサラダ 味の花 ご飯 みそ汁	炒り豆腐 チンゲン菜の胡麻和え 肉ごぼう ご飯 みそ汁	目玉オムレツ アスパラサラダ 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)
495	10.2 13.1 80.1 2	465 13.3 11.4 74.1 2.5	463 15.2 7.7 83.5 3.1	585 22.2 23.7 69.4 3.9	510 13.5 9 92.7 2.8	461 17.2 8.7 77.3 2.6	427 14 15.7 57.5 2.7
昼	ばかしそば ふろふき大根風 ター菜のナムル フルーツ	白身魚の照り焼き 合鴨マリネ 竹輪の磯辺揚げ 香の物 ご飯 みそ汁	豚肉の生姜焼き 南瓜サラダ 高野豆腐煮 フルーツ ご飯 みそ汁	メバルのきのこバター醤油 田舎煮 さつま芋のレモン煮 釜炊き生姜 ご飯 みそ汁	八宝菜 もやしの和え物 焼売 香の物 ご飯 みそ汁	牛丼 カリフラワーサラダ えびかつ フルーツ みそ汁	赤魚の京風焼き ひじきの五目煮 大学芋 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)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
485	15.9 10.2 83.6 4.4	492 17.5 9.2 82.4 3.3	690 17.8 27.4 89.4 3.3	486 18.3 3.2 95.4 3.2	468 14.4 10.1 77.8 3.3	741 20 27.2 99.9 3.4	536 22.7 10.1 86.5 3.3
夕	タラの粕漬け焼き ピリ辛ツキコン 卵の花 香の物 ご飯 コンソメスープ	鶏もも山椒焼き 揚げ出し豆腐 タラモサラダ フルーツ ご飯 みそ汁	鯖竜田 刻み昆布煮 豆サラダ あみ佃 ご飯 お吸い物	豚肉の味噌炒め 白菜と竹輪の汐昆布和え 厚焼き玉子 香の物 ご飯 みそ汁	ポーク生姜焼き 炊き合わせ 菜の花の玉子和え フルーツ ご飯 みそ汁	サンマの塩焼き 煮物 小松菜のピーナッツ和え 大豆煮 ご飯 みそ汁	ポトフ キャベツの胡麻和え チーズ包み揚げ 釜炊き生姜 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)
392	16.8 3.2 74.5 3.3	661 20.8 21.1 93 3.1	656 20.2 25.2 84.4 3.9	459 14.4 8.2 81.2 3.1	529 17.8 11 88.9 3.5	591 22.7 21.2 74 3.1	462 11.2 9.6 81.5 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)	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)
1372	42.9 26.5 238.2 9.7	1618 51.6 41.7 249.5 8.9	1809 53.2 60.3 257.3 10.3	1530 54.9 35.1 246 10.2	1507 45.7 30.1 259.4 9.6	1793 59.9 57.1 251.2 9.1	1425 47.9 35.4 225.5 9.2

*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



曜日	日	月	火	水	木	金	土																											
日付	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日																											
朝	さつま揚げの煮物 ササゲの白和え ごま昆布 ご飯 みそ汁	温野菜のトマト煮込み イタリアンサラダ フルーツ ご飯 みそ汁	鮭の照焼き 竹輪の蒲焼 うぐいす豆 ご飯 みそ汁	鶏肉のミルク煮 コーンソテー フルーツ パン コンソメスープ	海鮮炒め 揚げ出し豆腐 香の物 ご飯 みそ汁	だし巻き玉子 キャベツのカニカマサラダ 子持ちサラダ ご飯 みそ汁	温野菜のコンソメ煮 ササゲひじきサラダ 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)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
415	11.7	5	79.4	2.9	405	8.3	5.3	80.4	2	428	19.4	4.1	76	2.8	493	15.5	16.9	70.1	3.8	464	13.7	11.2	75.7	2.4	387	9.9	5.2	73	2.6	401	10.1	18.1	50.8	2.3
昼	焼きそば 豚肉と大根の煮物 チリ春巻き からし菜の花 コンソメスープ	鯖の味噌煮 天ぷら2種 小松菜の胡麻和え 香の物 ご飯 みそ汁	唐揚げ 中華あんかけ 春雨サラダ フルーツ ご飯 みそ汁	チーズソースの明太包み揚げ 田舎煮 ハムマリネ 高菜炒め ご飯 みそ汁	メバルの幽庵焼き 大根のゆず風味 チンゲン菜の小エビ炒め ネギ塩もやし ご飯 みそ汁	照り焼きハンバーグ 大根サラダ 白菜のコンソメ煮 フルーツ ご飯 みそ汁	豚ロースねぎ塩焼き 真砂炒め かぼちゃ煮 塩麴金平 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)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
470	11.4	15.4	70	6.3	601	19.8	22	77.8	3.8	610	19.7	16.5	92.1	2.8	574	12.3	17	90.6	3.7	427	17.9	4.4	78.6	4.1	648	14	23.1	94.2	2.9	476	14.8	12.1	74.5	2.7
夕	キャベツメンチカツ クワイの小エビ炒め ピリ辛ごぼう揚げ フルーツ ご飯 みそ汁	三色丼 大根と水菜のサラダ 角揚げ煮 ゼリー みそ汁	カレイの照焼き 竹の子の味噌炒め 茄子の生姜醤油 おかずぜんまい ご飯 お吸い物	ポークソテー ツナポテト ひじきサラダ 塩麴金平 ご飯 みそ汁	ハムカツ 菜の花のしらす和え 焼売 フルーツ ご飯 みそ汁	サバの粕漬け焼き 五目卵の花 鶏餃子 香の物 ご飯 みそ汁	豆腐ステーキ中華あんかけ 若布の酢の物 切干大根の味噌炒め 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)	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)																										
629	16.1	18.4	98.3	2.5	429	10.5	3.8	86.9	2.8	440	19.8	6.5	74.4	3.3	561	19.9	16.5	83.2	3.9	597	17	19.2	86.8	2.8	561	18.2	19.1	73.6	2.8	453	11.1	8.9	81.3	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)	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)	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)	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)	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)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
1514	39.2	38.8	247.7	11.7	1435	38.6	31.1	245.1	8.6	1478	58.9	27.1	242.5	8.9	1628	47.7	50.4	243.9	11.4	1556	49.3	39.5	246.9	9.6	1596	42.1	47.4	240.8	8.3	1330	36	39.1	206.6	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					
日付	4月29日	4月30日					
朝	鰹の照焼き 煮物 黒豆 ご飯 みそ汁	オムレツ&ウィンナー マカロニサラダ 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)					
	411 12.9 5.1 75.8 2.6	652 21.6 24.5 86.5 3.4					
昼	梅昆布うどん 厚焼き玉子 菜の花の胡麻和え フルーツ 	鮭の塩焼き 人参とツナの玉子炒め ササミのゆず風味 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)					
	385 12.1 3.7 77.2 6.5	412 19.5 5.7 67 3.2					
夕	カレイ煮付け オクラと山芋の和えもの 厚揚げ煮 香の物 ご飯 お吸い物	豚ロースの山椒照り焼き 青菜のナムル 高野豆腐煮 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)					
	395 18.4 2.8 71.5 3	430 14.4 11.1 65 1.7					
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)					
	1191 43.4 11.6 224.5 12.1	1494 55.5 41.3 218.5 8.3					

※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