



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	オムレツ&ウインナー マカロニサラダ フルーツ パン コンソメスープ	いか小判 野菜炒め 香の物 ご飯 みそ汁	さごしの胡麻焼き 厚揚げのそぼろ煮 釜炊き生姜 ご飯 みそ汁	ミートボール マカロニサラダ フルーツ パン コンソメスープ
	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 607 18.5 20.7 86.5 2.4	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 511 19.7 6.4 91.7 1.4	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 462 16.5 8 77.9 2.8	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 541 20 19.9 70.2 2.2
昼	キムチ炒め なたね和え 高野豆腐煮 香の物 ご飯 みそ汁	ブリのにんにく醤油焼き あさりと大根の時雨煮 ポテトサラダ 香の物 ご飯 みそ汁	豚ロースのおろしソース (おろしソース) 白菜とカニカマのサラダ ミートエッグ平焼き フルーツ ご飯 みそ汁	アジの照り焼き きゅうりと笹かまのさっぱり和え 大学芋 塩麹金平 ご飯 みそ汁
	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 656 19.8 27.6 80.1 3.8	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 491 21 10.9 75.1 2.9	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 539 18.1 14.9 78.3 2.2	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 532 20.9 7.1 95.7 2.6
夕	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	八宝菜 麻婆春雨 あっさりセロリ ゼリー ご飯 中華スープ	豆腐のうま煮 おさかなソーセージ玉子炒め クワイの粒マスタード和え 香の物 ご飯 みそ汁	ポーク生姜焼き 春雨のフレンチサラダ 煮物 香の物 ご飯 みそ汁
	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 423 23.2 6.2 64.8 1.6	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 533 13.8 12.2 89.3 3.2	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 542 19.1 12.1 87.9 2.9	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 752 20.4 35.7 82.2 3.1
1日計	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1686 61.5 54.5 231.4 7.8	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1535 54.5 29.5 256.1 7.5	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1543 53.7 35 244.1 7.9	エネルギーたんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1825 61.3 62.7 248.1 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

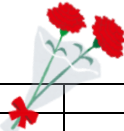
曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日
朝	高野豆腐のそぼろ炒め ピリ辛ごぼう揚げ のり佃煮 ご飯 みそ汁	赤魚の塩焼き キャベツのツナサラダ 切干大根のそぼろ炒め ご飯 みそ汁	五目煮 ササゲの胡麻和え 香の物 ご飯 みそ汁	ジャーマンポテト アスパラ和え フルーツ パン コンソメスープ	豆腐ステーキ 納豆 香の物 ご飯 みそ汁	筑前煮 茄子の生姜醤油 あみ佃 ご飯 みそ汁	ウインナーソーテー フレンチサラダ フルーツ パン コンソメスープ
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (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)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	500 17.8 10.8 80.3 2	441 19.6 7.3 72.6 2.2	455 16.2 8.8 75.8 1.7	489 13.2 14.1 78.9 2.1	449 12.6 9.7 76.1 1.9	484 15 11.5 77.9 2.5	482 15.7 24.4 51.1 2.1
昼	けんちんそば 厚焼き玉子 竹輪の蒲焼 フルーツ こども9日	蒸し鶏 ひじきの五目煮 おかずぜんまい 小松菜の和え物 ご飯 みそ汁	サワラの京風焼き 白菜ときゅうりの梅和え カニと野菜の包み蒸し つぼ漬け昆布 ご飯 みそ汁	ゴーヤ炒め 大根サラダ 京風がんも うり葉唐辛子 ご飯 みそ汁	メバルもろみ焼き キャベツとハムのサラダ ビック焼売 茎わかめ ご飯 みそ汁	牛焼肉 カリフラワーサラダ 菜の花の和え物 香の物 ご飯 みそ汁	鯖の味噌煮 ひじきのソーテー 長芋のわかさし和え 子持ちサラダ 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)
	570 22.3 17.5 80 3.9	563 20.3 17.2 81 3.9	455 19.2 7.9 72.8 3.5	574 16.6 19.6 80.1 3.2	498 19.7 11.2 77.1 3.6	577 18 22.1 73.9 2.8	556 18.8 18.3 76.6 3.1
夕	サーモンフライ 若竹煮 菜の花の小エビ和え 高菜炒め ご飯 お吸い物	海鮮炒め カリフラワーの和え物 チーズ包み揚げ フルーツ ご飯 みそ汁	明太子コロッケ あさりのマリネ 五目野菜天 フルーツ ご飯 みそ汁	カレイの照焼き 豆サラダ 小松菜の煮浸し 香の物 ご飯 みそ汁	かつ煮 インゲンのピーナッツ和え 棒天 フルーツ ご飯 みそ汁	ポトフ 合鴨と玉ねぎのマリネ 野菜コロッケ ゼリー ご飯 みそ汁	餃子の中華あんかけ ササミときゅうりの金胡麻和え かぼちゃ煮 香の物 ご飯 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)	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)
	451 15.7 8.8 75.8 2.1	558 16.6 15.2 86.7 1.8	621 15.3 16.8 99.8 2.4	485 14.9 9.9 82.6 2.5	617 19 17.8 92.3 2.4	572 17.3 9.7 102.2 2.6	486 13.1 6.9 90.4 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)	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)
	1521 55.8 37.1 236.1 8	1562 56.5 39.7 240.3 7.9	1531 50.7 33.5 248.4 7.6	1548 44.7 43.6 241.6 7.8	1564 51.3 38.7 245.5 7.9	1633 50.3 43.3 254 7.9	1524 47.6 49.6 218.1 7.8

※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



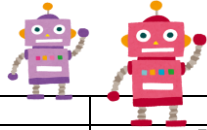
週間献立表



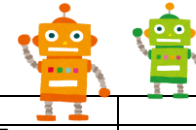
曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日
朝	肉じゃが オクラのおかか和え 海苔佃煮 ご飯 みそ汁	肉野菜炒め ポテトサラダ まぐろ角煮 ご飯 みそ汁	ハムステーキ なすの肉味噌あん 味の花 ご飯 みそ汁	温野菜のトマト煮込み ツナマリネ フルーツ パン コンソメスープ	炒り豆腐 切干大根の炒め物 釜炊き生姜 ご飯 みそ汁	お麩の玉子とじ インゲンの胡麻和え 香の物 ご飯 みそ汁	鶏肉のミルク煮 コーンソテー ゼリー パン コンソメスープ
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (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)
昼	きつねうどん きゅうりと竹輪のさっぱり和え カニ風味シューマイ フルーツ	ホキの粕漬け焼き クワイ炒め 大根と竹輪のごま酢和え 香の物 ご飯 みそ汁	ビーフカレー シーザーサラダ フルーツ 福神漬け コンソメスープ	豚肉の南部焼き 冬瓜のホタテあんかけ キャロットラペ 香の物 ご飯 みそ汁	中華風カニ玉 白菜サラダ 春雨ピーマン炒め フルーツ ご飯 みそ汁	鮭の塩焼き 南瓜のいとこ煮 おかずぜんまい ご飯 豚汁	肉団子の海鮮あんかけ (海鮮ソース) ブロッコリーサラダ 山芋磯辺揚げ 白花豆 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)
夕	ポークさっぱり炒め 煮物 ほうれん草の白和え 香の物 ご飯 みそ汁	えびかつ 菜の花の煮浸し もやしの中華和え フルーツ ご飯 みそ汁	鶏の山椒照り焼き ポテトとベーコンのコンソメ煮 マヨネーズサラダ 香の物 ご飯 お吸い物	赤魚の粕漬け焼き ごぼうサラダ 五目野菜天 茶花豆 ご飯 みそ汁	きくらげの味噌炒め 厚焼き玉子 がんも煮 あっさりセロリ ご飯 みそ汁	豚肉と厚揚げのオイスター炒め オクラのなめたけ和え カレーボール フルーツ ご飯 みそ汁	ポーク生姜焼き 刻み昆布煮 菜の花のピーナッツ和え 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)
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)
	1604 40.4 44.5 253.4 8	1573 53.8 39.2 242.8 7.8	1842 48 68.5 248.6 7.9	1542 51.9 41.5 236 7.6	1604 45.4 43.8 249.1 6.9	1534 54.7 35 241.8 7.8	1670 54.9 50.3 246.5 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	五目玉子焼き 青菜のソテー ふりかけ ご飯 みそ汁	イカ小判 ツキコンの炒り煮 チンゲン菜くるみ和え ご飯 みそ汁	ホッケの塩焼き ほうれん草の白和え ごま昆布 ご飯 みそ汁	白菜の洋風煮 イタリアンサラダ フルーツ パン コンソメスープ	鯖の生姜焼き 大根のカニカマあん 高菜炒め ご飯 みそ汁	甘辛肉団子 インゲンの胡麻和え あみ佃 ご飯 みそ汁	じゃがいものカレー炒め ブロッコリーサラダ フルーツ パン コンソメスープ																											
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
411	10.7	10.1	66.3	1.7	561	18.8	11.7	94.1	1.8	441	17.8	5.2	78.8	1.5	502	16.6	19.4	65.3	2.4	430	12.6	12.1	64.5	1.4	481	17.2	8	83.7	2.6	421	10.3	19.8	51.2	2.6
昼	焼きそば オムレツ ごまじゃぶ若竹 フルーツ みそ汁	鶏の照り焼き 田舎煮 インゲンとツナの汐昆布和え フルーツ ご飯 みそ汁	麻婆茄子 キャベツとツナのマヨ醤油和え 焼売 香の物 ご飯 みそ汁	メバルの粕漬け焼き 五目昆布煮 豆サラダ 味の花 ご飯 みそ汁	オムレツマトクリームソース (トマトクリームソース) ひじきサラダ カレーコロッケ 香の物 ご飯 みそ汁	唐揚げ (おろしソース) 貝柱の酢味噌和え レンコンの明太子炒め フルーツ ご飯 みそ汁	豚のピリ辛味噌炒め オクラの塩昆布和え 厚揚げ煮 うずら豆 ご飯 みそ汁																											
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
458	13.7	15.2	65.9	4.9	566	19.7	14.2	85.4	2.8	560	12.1	21	78.2	3.1	528	26.2	9.1	82.1	2.5	583	13.6	19	88.5	3.9	618	19.1	18.9	90.7	2.6	635	14.8	19.3	98.5	2.5
夕	鯖のねぎニンニク焼き 肉じゃが マカロニサラダ ご飯 お吸い物	サワラのもろみ漬焼き 白菜のレモン酢和え 金平ごぼう 香の物 ご飯 みそ汁	牛丼 スクランブルエッグ 菜の花のしらす和え フルーツ みそ汁	豚肉とパプリカの中華炒め 棒棒鶏 チンゲン菜とツナのソテー 香の物 ご飯 みそ汁	三色丼 冬瓜とあさりの煮物 もやしと水菜のサラダ フルーツ みそ汁	白身魚の胡麻照り焼き 棒天 小松菜の錦糸和え 釜炊生姜 ご飯 お吸い物	クリーミーコロッケ カニカマのごまサラダ 菜の花のお浸し つぼ漬け昆布 ご飯 みそ汁																											
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
729	19.2	29.6	91.2	1.4	440	17	6.6	75.2	2.9	663	18.4	22.9	92.4	3	682	19.1	33.2	71.4	2	567	20.7	12.8	90	2.7	512	22	9.9	79.9	2.7	523	10.6	15.6	83.2	2.6
1日計	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
1598	43.6	54.9	223.4	8	1567	55.5	32.5	254.7	7.5	1664	48.3	49.1	249.4	7.6	1712	61.9	61.7	218.8	6.9	1580	46.9	43.9	243	8	1611	58.3	36.8	254.3	7.9	1579	35.7	54.7	232.9	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)	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
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	つくね小判 卵の花 海苔佃煮 ご飯 みそ汁	野菜炒め しらすおろし 味の花 ご飯 みそ汁	じゃがマガオムレツ 豚肉と筍の煮物 のり佃煮 ご飯 みそ汁	スクランブルエッグ 白菜サラダ フルーツ パン コンソメスープ	鯖の塩焼き オクラのなめたけ和え 木耳きんぴら ご飯 お吸い物	筑前煮 ひじきの白和え カリカリ梅 ご飯 みそ汁
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
510	14.8 14.7 76.8 2	436 11.7 10.2 72 2	444 11.5 11.4 69.6 1.5	400 11.4 8.9 68.5 1.7	428 13.1 12 64.3 1.6	441 14.8 8.8 74.2 2.3
昼	えび天そば 切干大根 ほうれん草ときのこの白和え ゼリー	秋刀魚の山椒焼き チンゲン菜とザーサイのナムル 餃子 大豆のうま煮 ご飯 みそ汁	アジの京風焼き 照り焼きハンバーグ 小松菜の煮浸し 野沢菜昆布 ご飯 みそ汁	ハンバーグ デミグラスソース えびかつ ツナとコーンのマリネ あっさりセロリ ご飯 みそ汁	チキン南蛮 なすの肉味噌あん 菜の花の辛子和え フルーツ ご飯 みそ汁	キムチ炒め タラモサラダ カニと野菜の包み蒸し フルーツ ご飯 みそ汁
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
550	19.7 15.5 83.6 3	629 22.1 22.1 80.2 2	508 21.9 11.1 79.3 4.3	605 18.5 17.4 91 3.9	650 16.1 26.4 84.4 2	645 16.3 23.6 88.6 3.4
夕	ポークチャップ アスパラサラダ 高野豆腐煮 香の物 ご飯 みそ汁	ミートボールのきのこのソース マヨ玉サラダ 人参とツナ炒め フルーツ ご飯 みそ汁	厚揚げ海鮮八宝菜 (海鮮ソース) トマトときのこの和え物 春巻き フルーツ ご飯 中華スープ	白身魚の照焼き 牛時雨煮 焼売 茶花豆 ご飯 みそ汁	あさりの柳川風 ササミときゅうりの梅和え 小判ひろうず 香の物 ご飯 みそ汁	カレイの京風焼き さつまいものレモン煮 オニオンソーサー 香の物 ご飯 お吸い物
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
575	17.6 22.6 71.6 2.6	566 19.4 9 100.1 3.2	622 19.1 21.2 86.2 2.2	637 24.9 18 90 2	500 20.3 8.9 83.3 3.6	465 18.2 2 89.5 2.1
1日計	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
1635	52.1 52.8 232 7.6	1631 53.2 41.3 252.3 7.2	1574 52.5 43.7 235.1 8	1642 54.8 44.3 249.5 7.6	1578 49.5 47.3 232 7.2	1551 49.3 34.4 252.3 7.8

※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