

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2018年05月28日(月) ～ 2018年06月03日(日)

	5月28日(月)	5月29日(火)	5月30日(水)	5月31日(木)	6月1日(金)	6月2日(土)	6月3日(日)
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○三色玉子焼き ○大根とツナの煮物 ○オレンジ	○ピザトースト ○ミニメロンパン ○コンソメスープ ○キャベツと卵ソテー ○牛乳 ○みかんゼリー	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○鶏肉煮物 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻和え ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○スクランブルエッグ ○アスパラサラダ ○プリン	○ホットドッグ ○野菜ポトフ ○ポパイサラダ ○牛乳 ○バナナ		
	[エネルギー] 540 kcal [タンパク質] 20.5 g [脂 質] 7.7 g [炭水化物] 95.2 g [塩 分] 2.9 g	[エネルギー] 564 kcal [タンパク質] 26.5 g [脂 質] 20.0 g [炭水化物] 58.7 g [塩 分] 4.6 g	[エネルギー] 675 kcal [タンパク質] 30.3 g [脂 質] 14.7 g [炭水化物] 102.7 g [塩 分] 2.3 g	[エネルギー] 621 kcal [タンパク質] 20.5 g [脂 質] 14.8 g [炭水化物] 100.1 g [塩 分] 3.0 g	[エネルギー] 614 kcal [タンパク質] 24.6 g [脂 質] 24.7 g [炭水化物] 76.7 g [塩 分] 3.7 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g
昼食							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g
夕食	○おきのこスパゲティ ○コンソメスープ ○カラフルサラダ ○フルーツポンチ	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚の野菜あんかけ ○千草和え ○ラ・フランスゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○鶏肉のトマトソース ○キャベツとコーンのサラダ ○プリン	○たけのこご飯 ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○コンコンサラダ ○ライチゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○ハンバーグ ○マカロニサラダ ○ババロア		
	[エネルギー] 548 kcal [タンパク質] 20.9 g [脂 質] 15.7 g [炭水化物] 68.7 g [塩 分] 3.9 g	[エネルギー] 558 kcal [タンパク質] 25.7 g [脂 質] 6.4 g [炭水化物] 96.1 g [塩 分] 2.3 g	[エネルギー] 784 kcal [タンパク質] 29.4 g [脂 質] 25.6 g [炭水化物] 108.4 g [塩 分] 4.4 g	[エネルギー] 688 kcal [タンパク質] 29.4 g [脂 質] 14.9 g [炭水化物] 104.0 g [塩 分] 4.0 g	[エネルギー] 715 kcal [タンパク質] 20.3 g [脂 質] 18.5 g [炭水化物] 113.9 g [塩 分] 3.7 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2018年06月04日 (月) ～ 2018年06月10日 (日)

	6月4日 (月)	6月5日 (火)	6月6日 (水)	6月7日 (木)	6月8日 (金)	6月9日 (土)	6月10日 (日)
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○ブリの照焼き ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾀﾅのｼﾃｰ ○いちごヨーグルト	○ロールパン ○ロールキャベツ ○マカロニサラダ ○牛乳 ○オレンジ	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○竹輪と大根の煮物 ○ﾗｰﾌﾗﾝｽｾﾞﾘｰ	○ピザトースト ○ミニクロワッサン ○コンソメスープ ○大豆とﾊﾞｰｺﾝの洋風煮 ○バナナ	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉煮物 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻和え ○プリン		
	[エネルギー] 607 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 89.0 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 557 kcal [タンパク質] 19.5 g [脂質] 20.1 g [炭水化物] 79.4 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 629 kcal [タンパク質] 22.0 g [脂質] 11.6 g [炭水化物] 106.8 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 497 kcal [タンパク質] 21.2 g [脂質] 16.4 g [炭水化物] 68.4 g [塩分] 4.3 g	[エネルギー] 638 kcal [タンパク質] 25.2 g [脂質] 13.9 g [炭水化物] 100.0 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
昼食							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
夕食	○ごはん ○味噌汁 ○豆腐のひき肉あん ○納豆のしらす和え ○水ようかん	○スパゲティナポリタン ○コンソメスープ ○ポテトサラダ ○白桃ヨーグルト	○シーフードカレー ○コンソメスープ ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｲﾄﾘｱﾝｻﾗﾀﾞ ○ﾊﾞﾊﾞﾛｱ	○チャーハン ○中華スープ ○春雨サラダ ○杏仁豆腐	○ごはん ○味噌汁 ○鶏と大根の五目煮 ○小松菜のじゃこサラダ ○フルーツポンチ		
	[エネルギー] 642 kcal [タンパク質] 28.8 g [脂質] 7.5 g [炭水化物] 113.1 g [塩分] 3.2 g	[エネルギー] 590 kcal [タンパク質] 18.2 g [脂質] 18.2 g [炭水化物] 87.5 g [塩分] 5.0 g	[エネルギー] 748 kcal [タンパク質] 31.6 g [脂質] 20.4 g [炭水化物] 106.7 g [塩分] 5.5 g	[エネルギー] 687 kcal [タンパク質] 14.6 g [脂質] 21.5 g [炭水化物] 97.2 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 629 kcal [タンパク質] 26.7 g [脂質] 10.5 g [炭水化物] 93.1 g [塩分] 4.2 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2018年06月11日(月) ～ 2018年06月17日(日)

	6月11日(月)	6月12日(火)	6月13日(水)	6月14日(木)	6月15日(金)	6月16日(土)	6月17日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○五目煮豆 ○牛乳 ○りんご	○ごはん ○すまし汁 ○サバの味噌煮 ○炒り豆腐 ○いちごヨーグルト	○食パン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○ポパイサラダ ○ピーチゼリー	○ごはん ○すまし汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○蓮根と薩摩揚げの炒め煮 ○牛乳 ○バナナ	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○三色玉子焼き ○大根とツナの煮物 ○ラ・フランスゼリー		
	[エネルギー] 665 kcal [タンパク質] 26.8 g [脂 質] 16.0 g [炭水化物] 102.8 g [塩 分] 3.5 g	[エネルギー] 670 kcal [タンパク質] 26.4 g [脂 質] 20.1 g [炭水化物] 90.7 g [塩 分] 3.1 g	[エネルギー] 776 kcal [タンパク質] 28.0 g [脂 質] 38.1 g [炭水化物] 80.9 g [塩 分] 5.7 g	[エネルギー] 827 kcal [タンパク質] 25.6 g [脂 質] 6.6 g [炭水化物] 114.8 g [塩 分] 2.5 g	[エネルギー] 603 kcal [タンパク質] 24.5 g [脂 質] 10.5 g [炭水化物] 100.3 g [塩 分] 2.9 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g
昼 食							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g
夕 食	○野菜タンメン ○もやしのナムル ○しゅうまい ○ライチゼリー	○炊き込みご飯 ○味噌汁 ○鮭の変わり西京焼き ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰﾗﾀﾞ ○水ようかん	○豚汁うどん ○はんぺんの磯辺焼き ○ごぼうサラダ ○みかんゼリー	○中華丼 ○ワンタンスープ ○大根サラダ ○フルーツヨーグルト	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○ｷｬﾍﾞｰﾂとｺｰﾝのﾗﾀﾞ ○はちみつレモンゼリー		
	[エネルギー] 825 kcal [タンパク質] 30.2 g [脂 質] 15.3 g [炭水化物] 88.5 g [塩 分] 6.2 g	[エネルギー] 705 kcal [タンパク質] 31.6 g [脂 質] 16.9 g [炭水化物] 103.1 g [塩 分] 2.7 g	[エネルギー] 727 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂 質] 10.7 g [炭水化物] 109.3 g [塩 分] 3.6 g	[エネルギー] 662 kcal [タンパク質] 28.5 g [脂 質] 10.9 g [炭水化物] 96.7 g [塩 分] 3.5 g	[エネルギー] 755 kcal [タンパク質] 21.1 g [脂 質] 18.5 g [炭水化物] 123.8 g [塩 分] 5.4 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2018年06月18日(月) ～ 2018年06月24日(日)

	6月18日(月)	6月19日(火)	6月20日(水)	6月21日(木)	6月22日(金)	6月23日(土)	6月24日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○切干と高野の煮物 ○オレンジ	○ごはん ○タンドリーチキン ○hamとじゃが芋の炒め ○いちごヨーグルト	○ごはん ○すまし汁 ○サケの西京焼き ○ジャーマンポテト ○バナナ	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○きんぴらごぼう ○ヨーグルト	○ロールパン ○肉団子のスープ煮 ○温野菜サラダ ○はちみつレモンゼリー		
	[エネルギー] 558 kcal [タンパク質] 31.9 g [脂 質] 5.2 g [炭水化物] 93.3 g [塩 分] 3.4 g	[エネルギー] 633 kcal [タンパク質] 32.2 g [脂 質] 12.1 g [炭水化物] 95.1 g [塩 分] 2.6 g	[エネルギー] 705 kcal [タンパク質] 30.3 g [脂 質] 16.6 g [炭水化物] 105.2 g [塩 分] 1.9 g	[エネルギー] 686 kcal [タンパク質] 30.0 g [脂 質] 10.8 g [炭水化物] 115.3 g [塩 分] 4.5 g	[エネルギー] 609 kcal [タンパク質] 20.7 g [脂 質] 23.1 g [炭水化物] 85.8 g [塩 分] 3.5 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g
昼 食							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g
夕 食	○ごはん ○豚汁 ○サバの照り焼き ○かぼちゃサラダ ○プリン	○ごはん ○コンソメスープ ○鶏肉のトマトソース ○カリフラワーサラダ ○ラ・フランスゼリー	○なっとうビビンバ ○中華スープ ○しゅうまい ○杏仁豆腐	○ごはん ○すまし汁 ○サワラの胡麻味噌焼き ○肉じゃが ○水ようかん	○ピラフ ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○ピーチゼリー		
	[エネルギー] 777 kcal [タンパク質] 35.1 g [脂 質] 20.5 g [炭水化物] 107.0 g [塩 分] 2.7 g	[エネルギー] 767 kcal [タンパク質] 29.7 g [脂 質] 23.8 g [炭水化物] 107.7 g [塩 分] 4.1 g	[エネルギー] 763 kcal [タンパク質] 29.2 g [脂 質] 21.2 g [炭水化物] 102.0 g [塩 分] 3.2 g	[エネルギー] 701 kcal [タンパク質] 33.5 g [脂 質] 12.0 g [炭水化物] 108.3 g [塩 分] 2.7 g	[エネルギー] 531 kcal [タンパク質] 14.1 g [脂 質] 7.3 g [炭水化物] 99.1 g [塩 分] 3.2 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間：2018年06月25日(月) ～ 2018年07月01日(日)

	6月25日(月)	6月26日(火)	6月27日(水)	6月28日(木)	6月29日(金)	6月30日(土)	7月1日(日)
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻和え ○牛乳 ○りんご	○ごはん ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○アスパラサラダ ○ライチゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○サバの塩焼き ○豆腐とひじきの炒煮 ○プリン	○ごはん ○納豆 ○すまし汁 ○鶏肉の味噌付け焼き ○納豆草とﾍﾞｰｺﾝのｼｰ ○オレンジ	○ビザトースト ○ミニメロンパン ○コンソメスープ ○キャベツと卵ソテー ○牛乳 ○ピーチゼリー		
	[エネルギー] 610 kcal [タンパク質] 28.5 g [脂質] 10.9 g [炭水化物] 97.7 g [塩分] 2.4 g	[エネルギー] 633 kcal [タンパク質] 17.6 g [脂質] 16.9 g [炭水化物] 100.5 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 802 kcal [タンパク質] 31.3 g [脂質] 31.5 g [炭水化物] 93.6 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 652 kcal [タンパク質] 36.8 g [脂質] 12.6 g [炭水化物] 97.4 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 556 kcal [タンパク質] 24.4 g [脂質] 18.7 g [炭水化物] 71.9 g [塩分] 4.4 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
昼食							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
夕食	○ミートドリア ○コンソメスープ ○マカロニサラダ ○みかんヨーグルト	○ごはん ○すまし汁 ○厚揚げの味噌炒め ○白菜の炒め煮 ○ピーチゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○唐揚げ&エビフライ ○カラフルサラダ ○はちみつレモンゼリー	○海鮮焼きそば ○中華スープ ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｼｰ ○ヨーグルト	○ごはん ○コンソメスープ ○豆腐のミートソース煮 ○じゃが芋のソテー ○みかんゼリー		
	[エネルギー] 688 kcal [タンパク質] 22.8 g [脂質] 19.0 g [炭水化物] 101.6 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 613 kcal [タンパク質] 28.9 g [脂質] 8.1 g [炭水化物] 101.0 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 796 kcal [タンパク質] 23.7 g [脂質] 24.9 g [炭水化物] 112.2 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 635 kcal [タンパク質] 30.7 g [脂質] 11.1 g [炭水化物] 103.1 g [塩分] 3.9 g	[エネルギー] 622 kcal [タンパク質] 20.9 g [脂質] 11.3 g [炭水化物] 95.4 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。