

期間予定献立表 (ばんもっく(朝・夕))

期間： 2015年11月02日(月) ~ 2015年11月08日(日)

	11月2日(月)	11月3日(火)	11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)	11月7日(土)	11月8日(日)
朝 食				<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○仏とじゃが芋の炒め ○オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○蓮根金平 ○りんご 		
	[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] 715 kcal [タンパク質] 23.4 g [脂質] 34.8 g [炭水化物] 78.2 g [塩分] 5.7 g	[エネルギー] 630 kcal [タンパク質] 22.5 g [脂質] 12.7 g [炭水化物] 104.2 g [塩分] 2.6 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			<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○タンドリーチキン ○ゆでブロッコリー ○がんもの煮物 ○ババロア 	<ul style="list-style-type: none"> ○お豆のキーマカレー ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○ライチゼリー 			
	[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] 626 kcal [タンパク質] 32.0 g [脂質] 11.5 g [炭水化物] 94.1 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 715 kcal [タンパク質] 20.8 g [脂質] 21.0 g [炭水化物] 107.1 g [塩分] 4.3 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	[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。

期間予定献立表 いんもっく(朝・夕)

期間： 2015年11月09日(月) ~ 2015年11月15日(日)

	11月9日(月)	11月10日(火)	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月15日(日)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○アジの塩焼き ○豆腐とひじきの炒煮 ○ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ○ピザトースト ○ミニメロンパン ○コーンスープ ○大豆とツの野菜ソテー ○野菜ジュース ○バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○ジャーマンポテト ○プリン 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○肉団子のトマト煮 ○温野菜サラダ ○バナナ ○牛乳 		
	[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] 576 kcal [タンパク質] 31.8 g [脂質] 8.9 g [炭水化物] 89.6 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 572 kcal [タンパク質] 24.1 g [脂質] 16.4 g [炭水化物] 84.2 g [塩分] 5.2 g	[エネルギー] 693 kcal [タンパク質] 27.1 g [脂質] 16.4 g [炭水化物] 106.9 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 715 kcal [タンパク質] 25.6 g [脂質] 28.1 g [炭水化物] 93.4 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	<ul style="list-style-type: none"> ○海鮮焼きそば ○中華スープ ○アスパラサラダ ○ラ・フランスゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ○牛丼 ○味噌汁 ○ほうれん草の磯和え ○フルーツヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○けんちん汁 ○鯖の味噌煮 ○いんげんの胡麻和え ○はちみつレモンゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○フライ盛り合わせ ○サツマイモとリンゴのバター煮 			
	[エネルギー] 640 kcal [タンパク質] 30.7 g [脂質] 11.0 g [炭水化物] 104.3 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 572 kcal [タンパク質] 25.6 g [脂質] 4.7 g [炭水化物] 100.5 g [塩分] 4.9 g	[エネルギー] 670 kcal [タンパク質] 19.0 g [脂質] 17.7 g [炭水化物] 104.1 g [塩分] 1.9 g	[エネルギー] 882 kcal [タンパク質] 20.0 g [脂質] 32.4 g [炭水化物] 124.6 g [塩分] 3.1 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

* 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。

期間予定献立表 (ほんもっく(朝・夕))

期間： 2015年11月16日(月) ～ 2015年11月22日(日)

	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)	11月19日(木)	11月20日(金)	11月21日(土)	11月22日(日)
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○がんもの煮物 ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○がんもの煮物 ○ヨーグルト	○食パン ○ロールキャベツ ○マカロニサラダ ○バナナ ○乳酸菌飲料(ヨーグルト)	○ロールサンド ○ポトフ風スープ ○大豆のトマト煮 ○牛乳	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○竹輪と大根の煮物 ○オレンジ		
	[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] 581 kcal [タンパク質] 30.9 g [脂質] 9.4 g [炭水化物] 87.7 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 660 kcal [タンパク質] 21.0 g [脂質] 17.9 g [炭水化物] 106.0 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 742 kcal [タンパク質] 38.7 g [脂質] 39.8 g [炭水化物] 58.7 g [塩分] 4.4 g	[エネルギー] 553 kcal [タンパク質] 22.6 g [脂質] 8.8 g [炭水化物] 94.0 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
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	○天津丼 ○ワンタンスープ ○もやしのナムル ○春巻き&焼売	○ごはん ○おでん ○れんこんはさみ揚げ ○キャベツのおかか和え	○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の甘酢あん ○ミモザサラダ ○パバロア	○ごはん ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○キャベツのごまサラダ ○みかんゼリー			
	[エネルギー] 763 kcal [タンパク質] 28.0 g [脂質] 21.7 g [炭水化物] 107.6 g [塩分] 4.4 g	[エネルギー] 620 kcal [タンパク質] 18.4 g [脂質] 18.5 g [炭水化物] 91.0 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 782 kcal [タンパク質] 29.1 g [脂質] 18.5 g [炭水化物] 123.4 g [塩分] 3.9 g	[エネルギー] 735 kcal [タンパク質] 22.0 g [脂質] 21.5 g [炭水化物] 101.6 g [塩分] 5.6 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

*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。

↓ 間 予 定 献 立 表 (よんもつ(朝・夕))

期間： 2015年11月23日(月) ~ 2015年11月29日(日)

	11月23日(月)	11月24日(火)	11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)	11月28日(土)	11月29日(日)
朝 食			○ごはん ○味噌汁 ○鮭の西京焼き ○ほうれん草のお浸し ○プリン	○ホットドッグ ○野菜ポトフ ○キャベツと卵ソテー ○バナナ ○牛乳	○食パン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○仏とじゃが芋の炒め ○りんご		
	[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] 613 kcal [タンパク質] 35.1 g [脂質] 11.8 g [炭水化物] 87.4 g [塩分] 4.6 g	[エネルギー] 604 kcal [タンパク質] 23.2 g [脂質] 24.9 g [炭水化物] 74.4 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 726 kcal [タンパク質] 23.1 g [脂質] 34.8 g [炭水化物] 82.2 g [塩分] 5.7 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		○ミートソースパゲティ ○コンソメスープ ○小松菜のじゃこサラダ ○白桃ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○南瓜サラダ	○シーフードカレー ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○ライチゼリー			
	[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] 790 kcal [タンパク質] 35.3 g [脂質] 22.2 g [炭水化物] 106.4 g [塩分] 6.1 g	[エネルギー] 593 kcal [タンパク質] 20.5 g [脂質] 11.6 g [炭水化物] 97.5 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 678 kcal [タンパク質] 22.9 g [脂質] 19.0 g [炭水化物] 100.6 g [塩分] 4.8 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

* 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。

「間予定献立表」 (よんもつく(朝・夕))

期間： 2015年11月30日(月) ~ 2015年12月06日(日)

	11月30日(月)	12月1日(火)	12月2日(水)	12月3日(木)	12月4日(金)	12月5日(土)	12月6日(日)
朝 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
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 ○サワラの野菜あんかけ ○さつま芋サラダ ○はちみつレモンゼリー						
	[エネルギー] 748 kcal [タンパク質] 25.4 g [脂質] 16.9 g [炭水化物] 117.7 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	[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

* 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。