

週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2016年02月01日(月) ~ 2016年02月07日(日)

	2月1日(月)	2月2日(火)	2月3日(水)	2月4日(木)	2月5日(金)	2月6日(土)	2月7日(日)
朝食		○ロールパン ○肉団子のトマト煮 ○温野菜サラダ ○バナナ ○牛乳	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○オープンオムレット ○ジャーマンポテト ○プリン	○ピザトースト ○ミニメロンパン ○コーンスープ ○大豆とツの野菜汁 ○野菜ジュース ○りんご	○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		
	[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] 749 kcal [タンパク質] 25.7 g [脂質] 33.1 g [炭水化物] 94.3 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 706 kcal [タンパク質] 27.8 g [脂質] 18.1 g [炭水化物] 105.7 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 550 kcal [タンパク質] 23.2 g [脂質] 15.6 g [炭水化物] 80.7 g [塩分] 5.3 g	[エネルギー] 599 kcal [タンパク質] 33.1 g [脂質] 10.0 g [炭水化物] 91.8 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
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 ○ワントンスープ ○もやしのナムル ○春巻き&焼売	○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	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○サワラの野菜あんかけ ○さつま芋サラダ	○ごはん ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○南瓜サラダ ○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] 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] 711 kcal [タンパク質] 30.2 g [脂質] 18.7 g [炭水化物] 100.2 g [塩分] 2.2 g	[エネルギー] 657 kcal [タンパク質] 23.0 g [脂質] 12.0 g [炭水化物] 99.6 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	[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： 2016年02月08日(月) ~ 2016年02月14日(日)

	2月8日(月)	2月9日(火)	2月10日(水)	2月11日(木)	2月12日(金)	2月13日(土)	2月14日(日)
朝食		○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 ○味噌汁 ○鯖の西京焼き ○がんもの煮物 ○ヨーグルト				
	[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] 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] 659 kcal [タンパク質] 34.4 g [脂質] 16.4 g [炭水化物] 87.2 g [塩分] 2.0 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 ○肉団子の甘酢あん ○ミモザサラダ ○パバロア	○牛丼 ○味噌汁 ○ほうれん草の磯和え ○フルーツヨーグルト					
	[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] 642 kcal [タンパク質] 29.3 g [脂質] 5.3 g [炭水化物] 105.9 g [塩分] 5.9 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	[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。

週 間 予 定 献 立 表 (はんもつく(朝・夕))

期間： 2016年02月15日(月) ~ 2016年02月21日(日)

	2月15日(月)	2月16日(火)	2月17日(水)	2月18日(木)	2月19日(金)	2月20日(土)	2月21日(日)
朝 食	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○鮭の塩焼き ○ほうれん草ビナザ和え ○ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○鮭の塩焼き ○ほうれん草ビナザ和え ○ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ○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 	<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 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 		
	[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] 556 kcal [タンパク質] 30.2 g [脂質] 8.0 g [炭水化物] 86.9 g [塩分] 4.3 g	[エネルギー] 609 kcal [タンパク質] 23.4 g [脂質] 25.0 g [炭水化物] 75.8 g [塩分] 3.6 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] 675 kcal [タンパク質] 21.6 g [脂質] 17.9 g [炭水化物] 109.3 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"> ○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 	<ul style="list-style-type: none"> ○ミートソースパゲティ ○コンソメスープ ○大根のじゃこサラダ ○白桃ヨーグルト 	<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 ○ピーチゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○タンドリーチキン ○さつま揚げの煮物 ○ババロア 			
	[エネルギー] 712 kcal [タンパク質] 20.7 g [脂質] 21.0 g [炭水化物] 106.6 g [塩分] 4.3 g	[エネルギー] 801 kcal [タンパク質] 34.7 g [脂質] 22.2 g [炭水化物] 109.5 g [塩分] 6.1 g	[エネルギー] 647 kcal [タンパク質] 19.1 g [脂質] 17.7 g [炭水化物] 98.2 g [塩分] 1.8 g	[エネルギー] 624 kcal [タンパク質] 32.7 g [脂質] 9.1 g [炭水化物] 98.5 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	[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： 2016年02月22日(月) ～ 2016年02月28日(日)

	2月22日(月)	2月23日(火)	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)	2月27日(土)	2月28日(日)
朝 食	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○ハムとじゃが芋の炒め ○オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○切干と高野の煮物 ○プリン 	<ul style="list-style-type: none"> ○ピザトースト ○ミニクロワッサン ○コンソメスープ ○大豆と竹の野菜汁 ○野菜ジュース ○バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ○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] 670 kcal [タンパク質] 21.8 g [脂質] 33.7 g [炭水化物] 71.5 g [塩分] 4.9 g	[エネルギー] 666 kcal [タンパク質] 39.4 g [脂質] 11.1 g [炭水化物] 98.5 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 528 kcal [タンパク質] 21.2 g [脂質] 17.2 g [炭水化物] 74.3 g [塩分] 4.8 g	[エネルギー] 628 kcal [タンパク質] 28.1 g [脂質] 12.5 g [炭水化物] 98.8 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
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 ○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 	<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"> ○ごはん ○味噌汁 ○フライ盛り合わせ ○五目煮豆 	<ul style="list-style-type: none"> ○牛丼 ○味噌汁 ○白菜サラダ ○フルーツポンチ 			
	[エネルギー] 747 kcal [タンパク質] 21.4 g [脂質] 22.0 g [炭水化物] 105.3 g [塩分] 5.8 g	[エネルギー] 650 kcal [タンパク質] 26.6 g [脂質] 12.4 g [炭水化物] 108.5 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 772 kcal [タンパク質] 23.7 g [脂質] 22.4 g [炭水化物] 116.3 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 602 kcal [タンパク質] 22.6 g [脂質] 5.4 g [炭水化物] 103.3 g [塩分] 4.9 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	[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： 2016年02月29日(月) ~ 2016年03月06日(日)

	2月29日(月)	3月1日(火)	3月2日(水)	3月3日(木)	3月4日(金)	3月5日(土)	3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	○天津丼 ○中華スープ ○もやしの中華和え ○焼売 ○はちみつレモンゼリー						
	[エネルギー] 772 kcal [タンパク質] 27.9 g [脂質] 16.5 g [炭水化物] 123.5 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	[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。