

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2017年05月29日(月) ～ 2017年06月04日(日)

	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)	6月4日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○ジャーマンポテト ○いちごヨーグルト	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○アスパラソテー ○ヨーグルト	○ロールパン ○肉団子のスープ煮 ○温野菜サラダ ○バナナ ○野菜ジュース	○ごはん ○味噌汁 ○サバの塩焼き ○れんこん金平 ○プリン	○ピザトースト ○ミニクロワッサン ○コンソメスープ ○キャベツと卵ソテー ○オレンジ ○牛乳		
	[エネルギー] 655 kcal [タンパク質] 21.3 g [脂質] 14.7 g [炭水化物] 106.3 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 563 kcal [タンパク質] 29.5 g [脂質] 6.8 g [炭水化物] 94.1 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 612 kcal [タンパク質] 22.3 g [脂質] 23.4 g [炭水化物] 87.0 g [塩分] 4.0 g	[エネルギー] 766 kcal [タンパク質] 27.8 g [脂質] 27.1 g [炭水化物] 96.5 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 541 kcal [タンパク質] 24.4 g [脂質] 21.8 g [炭水化物] 62.3 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	○あんかけ焼きそば ○中華スープ ○もやしのナムル ○みかんゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○フライ盛り合わせ ○豆腐とひじきの炒煮	○ポークカレー ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○ピーチゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の野菜あんかけ ○ポテトサラダ ○はちみつレモンゼリー	○キャベツのクリームスパゲティ ○コンソメスープ ○ブロッコリーのイタリアンサラダ ○フルーツポンチ		
	[エネルギー] 622 kcal [タンパク質] 24.7 g [脂質] 11.3 g [炭水化物] 94.2 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 938 kcal [タンパク質] 23.9 g [脂質] 38.8 g [炭水化物] 121.6 g [塩分] 4.3 g	[エネルギー] 708 kcal [タンパク質] 20.7 g [脂質] 17.1 g [炭水化物] 114.9 g [塩分] 4.7 g	[エネルギー] 790 kcal [タンパク質] 21.7 g [脂質] 14.8 g [炭水化物] 140.1 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 692 kcal [タンパク質] 24.3 g [脂質] 15.3 g [炭水化物] 101.5 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。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2017年06月05日(月) ～ 2017年06月11日(日)

	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)	6月9日(金)	6月10日(土)	6月11日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○三色玉子焼き ○薩摩揚げと小松菜の炒煮 ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○がんもの煮物 ○いちごヨーグルト	○ホットドッグ ○コンソメスープ ○大豆と々の野菜ソテー ○りんご ○乳酸菌飲料	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○切干と高野の煮物 ○プリン	○食パン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○ツナサラダ ○バナナ ○野菜ジュース		
	[エネルギー] 548 kcal [タンパク質] 20.1 g [脂質] 8.6 g [炭水化物] 94.3 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 548 kcal [タンパク質] 25.7 g [脂質] 7.0 g [炭水化物] 91.5 g [塩分] 2.4 g	[エネルギー] 548 kcal [タンパク質] 22.3 g [脂質] 21.2 g [炭水化物] 68.4 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 703 kcal [タンパク質] 31.2 g [脂質] 15.2 g [炭水化物] 108.2 g [塩分] 5.0 g	[エネルギー] 802 kcal [タンパク質] 29.3 g [脂質] 37.3 g [炭水化物] 90.8 g [塩分] 6.0 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	○かき揚げうどん ○五目煮豆 ○もやしのおかか和え	○チキンカレー ○コンソメスープ ○春雨サラダ ○杏仁豆腐	○ごはん ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○南瓜サラダ ○ピーチゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○鶏肉のトマト煮 ○マカロニサラダ ○パバロア	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚の野菜あんかけ ○ポテトサラダ ○ラ・フランスゼリー		
	[エネルギー] 813 kcal [タンパク質] 26.2 g [脂質] 13.4 g [炭水化物] 120.0 g [塩分] 5.8 g	[エネルギー] 775 kcal [タンパク質] 18.3 g [脂質] 20.1 g [炭水化物] 116.9 g [塩分] 5.6 g	[エネルギー] 670 kcal [タンパク質] 25.1 g [脂質] 12.4 g [炭水化物] 110.2 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 711 kcal [タンパク質] 32.3 g [脂質] 11.7 g [炭水化物] 114.6 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 630 kcal [タンパク質] 26.1 g [脂質] 12.1 g [炭水化物] 100.1 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

*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： 2017年06月12日(月) ～ 2017年06月18日(日)

	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)	6月17日(土)	6月18日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○サケの塩焼き ○いんげんの胡麻和え ○オレンジ	○ロールサンド ○野菜ポトフ ○大豆のトマト煮 ○バナナ ○牛乳	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの西京焼き ○ほうれん草の磯和え ○ヨーグルト	○ロールパン ○コンソメスープ ○オープンオムレツ ○ジャーマンポテト ○りんご ○牛乳	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉の味噌付け焼き ○ゆでブロッコリー ○炒り豆腐 ○オレンジ		
	[エネルギー] 540 kcal [タンパク質] 28.6 g [脂質] 9.1 g [炭水化物] 83.4 g [塩分] 4.0 g	[エネルギー] 670 kcal [タンパク質] 24.1 g [脂質] 29.7 g [炭水化物] 80.2 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 609 kcal [タンパク質] 35.6 g [脂質] 11.7 g [炭水化物] 85.7 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 559 kcal [タンパク質] 23.0 g [脂質] 19.6 g [炭水化物] 74.1 g [塩分] 4.0 g	[エネルギー] 630 kcal [タンパク質] 35.2 g [脂質] 10.7 g [炭水化物] 95.3 g [塩分] 4.0 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 ○すまし汁 ○サバの味噌煮 ○ミモザサラダ ○みかんゼリー	○天津丼 ○中華スープ ○焼売 ○もやしのツナ和え	○ほうとう風うどん ○ひじき煮 ○キャベツのピーナツ和え ○ライチゼリー	○カレーピラフ ○コンソメスープ ○ビーンズサラダ ○フルーツヨーグルト	○ミートソースパゲティ ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○ババロア		
	[エネルギー] 691 kcal [タンパク質] 21.1 g [脂質] 23.9 g [炭水化物] 83.4 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 641 kcal [タンパク質] 28.0 g [脂質] 13.1 g [炭水化物] 98.0 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 810 kcal [タンパク質] 28.6 g [脂質] 13.0 g [炭水化物] 141.1 g [塩分] 5.4 g	[エネルギー] 679 kcal [タンパク質] 20.2 g [脂質] 19.0 g [炭水化物] 93.0 g [塩分] 5.6 g	[エネルギー] 781 kcal [タンパク質] 29.6 g [脂質] 22.7 g [炭水化物] 109.3 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： 2017年06月19日(月) ～ 2017年06月25日(日)

	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)	6月25日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○スクランブルエッグ ○アスパラサラダ ○ヨーグルト	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○ハムとじゃが芋の炒め ○いちごヨーグルト	○ロールパン ○肉団子のスープ煮 ○温野菜サラダ ○バナナ ○野菜ジュース	○ごはん ○味噌汁 ○サケの塩焼き ○れんこん金平 ○プリン	○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 ○バナナ ○牛乳		
	[エネルギー] 666 kcal [タンパク質] 21.7 g [脂質] 19.7 g [炭水化物] 97.4 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 665 kcal [タンパク質] 25.6 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 104.5 g [塩分] 3.2 g	[エネルギー] 661 kcal [タンパク質] 22.5 g [脂質] 27.9 g [炭水化物] 85.8 g [塩分] 4.1 g	[エネルギー] 624 kcal [タンパク質] 31.8 g [脂質] 10.6 g [炭水化物] 95.8 g [塩分] 4.6 g	[エネルギー] 564 kcal [タンパク質] 25.4 g [脂質] 18.9 g [炭水化物] 74.7 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	○海鮮焼きそば ○中華スープ ○もやしの中華和え ○みかんゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○唐揚げ&コロッケ ○竹輪と大根の煮物	○ごはん ○コンソメスープ ○鶏肉のトマト煮 ○ビーンズサラダ ○パパロア	○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の甘酢あん ○ポテトサラダ ○はちみつレモンゼリー	○シーフードカレー ○コンソメスープ ○マカロニサラダ ○ピーチゼリー		
	[エネルギー] 624 kcal [タンパク質] 28.1 g [脂質] 10.0 g [炭水化物] 94.6 g [塩分] 3.9 g	[エネルギー] 818 kcal [タンパク質] 25.3 g [脂質] 29.5 g [炭水化物] 101.1 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 722 kcal [タンパク質] 32.7 g [脂質] 14.0 g [炭水化物] 113.0 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 801 kcal [タンパク質] 26.0 g [脂質] 13.6 g [炭水化物] 140.9 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 789 kcal [タンパク質] 29.4 g [脂質] 22.1 g [炭水化物] 113.5 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

* 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： 2017年06月26日(月) ～ 2017年07月02日(日)

	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	7月1日(土)	7月2日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○れんこん金平 ○いちごヨーグルト	○ホットドッグ ○コンソメスープ ○大豆とツナの野菜汁 ○乳酸菌飲料 ○りんご	○ごはん ○味噌汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○さつま揚げの煮物 ○ヨーグルト	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○五目煮豆 ○プリン	○食パン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○ツナサラダ ○バナナ ○野菜ジュース		
	[エネルギー] 586 kcal [タンパク質] 27.9 g [脂質] 8.1 g [炭水化物] 95.8 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 545 kcal [タンパク質] 22.3 g [脂質] 21.2 g [炭水化物] 68.0 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 531 kcal [タンパク質] 25.8 g [脂質] 2.9 g [炭水化物] 96.9 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 727 kcal [タンパク質] 36.0 g [脂質] 16.6 g [炭水化物] 107.4 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 823 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 41.4 g [炭水化物] 90.0 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	○キャベツのクリームパゲティ ○コンソメスープ ○ポパイサラダ ○ラ・フランスゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○南瓜サラダ ○ピーチゼリー	○キーマカレー ○コンソメスープ ○春雨サラダ ○杏仁豆腐	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの野菜あんかけ ○キャベツとコーンのサラダ ○みかんゼリー	○牛丼 ○味噌汁 ○小松菜のしらす和え ○フルーツポンチ		
	[エネルギー] 660 kcal [タンパク質] 26.8 g [脂質] 13.8 g [炭水化物] 104.7 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 671 kcal [タンパク質] 24.8 g [脂質] 12.3 g [炭水化物] 110.3 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 772 kcal [タンパク質] 19.4 g [脂質] 19.8 g [炭水化物] 115.8 g [塩分] 5.5 g	[エネルギー] 673 kcal [タンパク質] 25.3 g [脂質] 15.4 g [炭水化物] 93.2 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 599 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 3.5 g [炭水化物] 102.1 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

*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。