

期間予定献立表 （はんもっく（朝・夕））

期間： 2015年09月28日（月） ～ 2015年10月04日（日）

| | 9月28日（月） | 9月29日（火） | 9月30日（水） | 10月1日（木） | 10月2日（金） | 10月3日（土） | 10月4日（日） |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 朝 食 | ○ピザトースト ○ミニクロワッサン ○コンソメスープ ○ムとじゃが芋の炒め ○牛乳 | ○ピザトースト ○ミニクロワッサン ○コンソメスープ ○ムとじゃが芋の炒め ○牛乳 | ○ごはん ○味噌汁 ○鮭の西京焼き ○蓮根金平 ○ヨーグルト | ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○南瓜サラダ ○プリン | ○ロールパン ○肉団子のスープ煮 ○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] 579 kcal [タンパク質] 22.4 g [脂質] 25.7 g [炭水化物] 64.9 g [塩分] 5.0 g | [エネルギー] 651 kcal [タンパク質] 36.4 g [脂質] 10.4 g [炭水化物] 96.8 g [塩分] 5.3 g | [エネルギー] 664 kcal [タンパク質] 33.6 g [脂質] 13.2 g [炭水化物] 99.0 g [塩分] 1.7 g | [エネルギー] 675 kcal [タンパク質] 25.6 g [脂質] 28.1 g [炭水化物] 87.9 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 ○味噌汁 ○鮭の野菜あんかけ ○キャベツのサラダ | ○天津丼 ○ワンタンスープ ○もやしの中華和え ○春巻き&焼売 | ○ミートソースパゲティ ○コンソメスープ ○南瓜サラダ ○パバロア | ○ごはん ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○ポテトサラダ ○パバロア | | | |
| | [エネルギー] 572 kcal [タンパク質] 27.9 g [脂質] 10.9 g [炭水化物] 85.8 g [塩分] 4.6 g | [エネルギー] 742 kcal [タンパク質] 27.7 g [脂質] 19.5 g [炭水化物] 108.0 g [塩分] 4.4 g | [エネルギー] 838 kcal [タンパク質] 31.6 g [脂質] 24.4 g [炭水化物] 117.2 g [塩分] 4.2 g | [エネルギー] 787 kcal [タンパク質] 21.9 g [脂質] 23.9 g [炭水化物] 120.5 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 | [エネルギー] 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 はんもっく(朝・夕)

期間： 2015年10月05日(月) ～ 2015年10月11日(日)

| | 10月5日(月) | 10月6日(火) | 10月7日(水) | 10月8日(木) | 10月9日(金) | 10月10日(土) | 10月11日(日) |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 朝 食 | ○食パン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○ツナサラダ ○乳酸菌飲料(ヨーグルト) | ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○三色玉子焼き ○ジャーマンポテト ○ヨーグルト | ○ごはん ○味噌汁 ○アジの塩焼き ○ほうれん草の胡麻和え ○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 | | | |
| | [エネルギー] 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] 21.8 g [脂質] 19.0 g [炭水化物] 79.4 g [塩分] 4.8 g | [エネルギー] 640 kcal [タンパク質] 26.4 g [脂質] 13.5 g [炭水化物] 101.0 g [塩分] 3.2 g | [エネルギー] 508 kcal [タンパク質] 26.2 g [脂質] 5.5 g [炭水化物] 86.0 g [塩分] 2.0 g | [エネルギー] 712 kcal [タンパク質] 37.5 g [脂質] 30.8 g [炭水化物] 73.4 g [塩分] 3.9 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 | ○ごはん ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○さつま芋サラダ | ○海鮮焼きそば ○中華風コーンスープ ○大根サラダ ○はちみつレモンゼリー | ○カレーピラフ ○コンソメスープ ○マカロニサラダ ○パパロア | ○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の甘酢あん ○ミモザサラダ ○ライチゼリー | | | |
| | [エネルギー] 621 kcal [タンパク質] 20.1 g [脂質] 13.0 g [炭水化物] 101.4 g [塩分] 3.0 g | [エネルギー] 721 kcal [タンパク質] 28.6 g [脂質] 12.4 g [炭水化物] 122.6 g [塩分] 4.1 g | [エネルギー] 655 kcal [タンパク質] 18.3 g [脂質] 15.2 g [炭水化物] 106.8 g [塩分] 4.4 g | [エネルギー] 759 kcal [タンパク質] 28.0 g [脂質] 17.6 g [炭水化物] 120.7 g [塩分] 3.9 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。

間 予 定 献 立 表 （はんもっく（朝・夕））

期間： 2015年10月12日（月） ～ 2015年10月18日（日）

| | 10月12日（月） | 10月13日（火） | 10月14日（水） | 10月15日（木） | 10月16日（金） | 10月17日（土） | 10月18日（日） |
|--------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 朝 食 | | | ○ごはん ○味噌汁 ○鯖の西京焼き ○高野と枝豆の卵とじ ○ヨーグルト | ○ホットドッグ ○コンソメスープ ○ムとじゃが芋の炒め ○バナナ ○野菜ジュース | ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○豆腐とひじきの炒煮 ○プリン | | |
| | [エネルギー] 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] 666 kcal [タンパク質] 37.7 g [脂質] 16.7 g [炭水化物] 85.6 g [塩分] 2.4 g | [エネルギー] 530 kcal [タンパク質] 17.6 g [脂質] 20.8 g [炭水化物] 71.3 g [塩分] 4.5 g | [エネルギー] 707 kcal [タンパク質] 30.5 g [脂質] 18.2 g [炭水化物] 103.5 g [塩分] 3.8 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 |
| 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 | | ○きのこカレー ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○白桃ヨーグルト | ○焼き肉丼 ○味噌汁 ○もやしのナムル ○ライチゼリー | ○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] 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] 677 kcal [タンパク質] 23.3 g [脂質] 16.7 g [炭水化物] 105.9 g [塩分] 4.8 g | [エネルギー] 609 kcal [タンパク質] 29.8 g [脂質] 9.1 g [炭水化物] 97.2 g [塩分] 3.6 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。

週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間：2015年10月19日(月) ~ 2015年10月25日(日)

| | 10月19日(月) | 10月20日(火) | 10月21日(水) | 10月22日(木) | 10月23日(金) | 10月24日(土) | 10月25日(日) | |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 朝食 | ○ごはん ○味噌汁 ○鮭の塩焼き ○蓮根金平 ○ヨーグルト | ○ごはん ○味噌汁 ○鮭の塩焼き ○蓮根金平 ○ヨーグルト | ○食パン ○チキンボールカレー煮 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾌﾞｰ ○りんご ○野菜ジュース | ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○南瓜サラダ ○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] 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] 605 kcal [タンパク質] 31.4 g [脂質] 9.1 g [炭水化物] 94.5 g [塩分] 4.6 g | [エネルギー] 481 kcal [タンパク質] 17.1 g [脂質] 12.0 g [炭水化物] 79.6 g [塩分] 4.3 g | [エネルギー] 711 kcal [タンパク質] 24.8 g [脂質] 18.4 g [炭水化物] 108.7 g [塩分] 2.3 g | [エネルギー] 557 kcal [タンパク質] 24.3 g [脂質] 18.3 g [炭水化物] 75.3 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 | [エネルギー] 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 | [エネルギー] 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 | ○牛丼 ○味噌汁 ○小松菜のしらす和え ○フルーツポンチ | ○ごはん ○味噌汁 ○肉じゃが ○キャベツのサラダ | ○ごはん ○すまし汁 ○鯖の味噌煮 ○がんもの煮物 ○ラ・フランスゼリー | ○ごはん ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○ポテトサラダ ○ババロア | | | | |
| | [エネルギー] 543 kcal [タンパク質] 23.3 g [脂質] 2.6 g [炭水化物] 104.4 g [塩分] 4.6 g | [エネルギー] 562 kcal [タンパク質] 22.8 g [脂質] 8.5 g [炭水化物] 95.0 g [塩分] 2.0 g | [エネルギー] 646 kcal [タンパク質] 19.8 g [脂質] 18.7 g [炭水化物] 95.0 g [塩分] 2.7 g | [エネルギー] 787 kcal [タンパク質] 21.9 g [脂質] 23.9 g [炭水化物] 120.5 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 | [エネルギー] 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： 2015年10月26日(月) ~ 2015年11月01日(日)

| | 10月26日(月) | 10月27日(火) | 10月28日(水) | 10月29日(木) | 10月30日(金) | 10月31日(土) | 11月1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 ○ツナサラダ ○乳酸菌飲料(ヨーグルト) | <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○ジャーマンポテト ○ヨーグルト | <ul style="list-style-type: none"> ○ロールサンド ○野菜ポトフ ○大豆とツナの野菜汁 ○バナナ ○牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○鯖の塩焼き ○ほうれん草の胡麻和え ○オレンジ | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 578 kcal [タンパク質] 22.0 g [脂質] 19.0 g [炭水化物] 80.5 g [塩分] 4.8 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 638 kcal [タンパク質] 26.6 g [脂質] 13.2 g [炭水化物] 100.9 g [塩分] 3.2 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 671 kcal [タンパク質] 34.0 g [脂質] 29.0 g [炭水化物] 69.9 g [塩分] 3.6 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 672 kcal [タンパク質] 23.4 g [脂質] 24.1 g [炭水化物] 86.2 g [塩分] 2.7 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 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 | | | | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 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"> ○炊き込みご飯 ○味噌汁 ○サンマの塩焼き ○ほうれん草の磯和え | <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○さつま芋サラダ | <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の甘酢あん ○ミモザサラダ ○はちみつレモンゼリー | <ul style="list-style-type: none"> ○カレーピラフ ○コーンスープ ○キャベツのサラダ ○パンプキンババロア | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 662 kcal [タンパク質] 33.8 g [脂質] 20.3 g [炭水化物] 81.0 g [塩分] 3.9 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 621 kcal [タンパク質] 20.1 g [脂質] 13.0 g [炭水化物] 101.4 g [塩分] 3.0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 808 kcal [タンパク質] 27.9 g [脂質] 17.6 g [炭水化物] 133.1 g [塩分] 4.0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 716 kcal [タンパク質] 21.5 g [脂質] 17.5 g [炭水化物] 115.3 g [塩分] 4.9 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g | <ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 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。