

# 週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2017年02月27日(月) ~ 2017年03月05日(日)

	2月27日(月)	2月28日(火)	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)	3月5日(日)
朝 食		○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○大根とツナの煮物 ○プリン	○ホットドッグ ○コンソメスープ ○大豆とツナの野菜ソテー ○バナナ ○牛乳	○ごはん ○味噌汁 ○サケの塩焼き ○ほうれん草の磯和え ○りんご	○食パン ○ロールキャベツ ○マカロニサラダ ○オレンジ ○乳酸菌飲料		
	[エネルギー] 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] 675 kcal [タンパク質] 33.9 g [脂質] 13.3 g [炭水化物] 102.2 g [塩分] 4.1 g	[エネルギー] 598 kcal [タンパク質] 23.8 g [脂質] 25.7 g [炭水化物] 70.9 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 521 kcal [タンパク質] 27.7 g [脂質] 7.3 g [炭水化物] 83.7 g [塩分] 4.3 g	[エネルギー] 620 kcal [タンパク質] 21.0 g [脂質] 17.8 g [炭水化物] 96.1 g [塩分] 3.6 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
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	○牛丼 ○味噌汁 ○キャベツのごまサラダ ○ピーチゼリー	○キャベツのクリームパゲティ ○コンソメスープ ○フロッコリーサラダ ○みかんヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の甘酢あん ○春雨サラダ	○カレーピラフ ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○フルーツポンチ			
	[エネルギー] 593 kcal [タンパク質] 22.4 g [脂質] 5.3 g [炭水化物] 111.8 g [塩分] 4.2 g	[エネルギー] 638 kcal [タンパク質] 26.1 g [脂質] 13.6 g [炭水化物] 100.5 g [塩分] 4.6 g	[エネルギー] 714 kcal [タンパク質] 25.1 g [脂質] 14.5 g [炭水化物] 117.4 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 627 kcal [タンパク質] 16.9 g [脂質] 14.4 g [炭水化物] 93.6 g [塩分] 5.5 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： 2017年03月06日(月) ~ 2017年03月12日(日)

	3月6日(月)	3月7日(火)	3月8日(水)	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)
朝 食		○ごはん ○味噌汁 ○サワラの西京焼き ○がんもの煮物 ○いちごヨーグルト	○ピザトースト ○ミニクロワッサン ○コンソメスープ ○大豆とベーコンの洋風煮 ○バナナ ○野菜ジュース	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○キャベツとツナのソテー ○ヨーグルト	○ロールパン ○コンソメスープ ○オムレツ&ウインナー ○ブロッコリーのイタリアンサラダ ○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] 654 kcal [タンパク質] 33.9 g [脂質] 15.8 g [炭水化物] 88.0 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 524 kcal [タンパク質] 21.3 g [脂質] 18.2 g [炭水化物] 71.6 g [塩分] 4.9 g	[エネルギー] 608 kcal [タンパク質] 42.1 g [脂質] 7.8 g [炭水化物] 68.6 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 654 kcal [タンパク質] 24.9 g [脂質] 29.4 g [炭水化物] 80.8 g [塩分] 4.1 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	○あなか焼きそば ○中華スープ ○もやしの中華和え ○ライチゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○アスパラサラダ ○ピーチゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○鮭のクリームソース ○カラフルサラダ ○ラ・フランスゼリー	○キーマカレー ○コンソメスープ ○小松菜のじゃこサラダ ○白桃ヨーグルト			
	[エネルギー] 594 kcal [タンパク質] 24.5 g [脂質] 9.1 g [炭水化物] 103.1 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 715 kcal [タンパク質] 22.5 g [脂質] 17.8 g [炭水化物] 116.4 g [塩分] 5.6 g	[エネルギー] 635 kcal [タンパク質] 28.8 g [脂質] 12.4 g [炭水化物] 98.8 g [塩分] 5.2 g	[エネルギー] 717 kcal [タンパク質] 25.0 g [脂質] 19.5 g [炭水化物] 106.3 g [塩分] 5.5 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： 2017年03月13日(月) ～ 2017年03月19日(日)

	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)
朝 食	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食パン</li> <li>○肉団子のスープ煮</li> <li>○温野菜サラダ</li> <li>○りんご</li> <li>○野菜ジュース</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん</li> <li>○味噌汁</li> <li>○鶏肉の味噌付け焼き</li> <li>○キャベツとコーンのサラダ</li> <li>○プリン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ロールサンド</li> <li>○コンソメスープ</li> <li>○大豆のトマト煮</li> <li>○バナナ</li> <li>○牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん</li> <li>○納豆</li> <li>○味噌汁</li> <li>○オープンオムレツ</li> <li>○切干と高野の煮物</li> <li>○ヨーグルト</li> </ul>			
	[エネルギー] 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] 647 kcal [タンパク質] 23.7 g [脂質] 25.2 g [炭水化物] 84.8 g [塩分] 5.0 g	[エネルギー] 675 kcal [タンパク質] 33.4 g [脂質] 15.0 g [炭水化物] 98.6 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 635 kcal [タンパク質] 23.3 g [脂質] 29.7 g [炭水化物] 71.8 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 661 kcal [タンパク質] 26.2 g [脂質] 13.2 g [炭水化物] 107.1 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん</li> <li>○味噌汁</li> <li>○フライ盛り合わせ</li> <li>○蓮根と薩摩揚げの炒め煮</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○焼き肉丼</li> <li>○味噌汁</li> <li>○里芋の鶏そぼろあん</li> <li>○はちみつレモンゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん</li> <li>○けんちん汁</li> <li>○サバの味噌煮</li> <li>○ミモザサラダ</li> <li>○パパロア</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○味噌野菜ラーメン</li> <li>○ひじき煮</li> <li>○ほうれん草のお浸し</li> <li>○ライチゼリー</li> </ul>			
	[エネルギー] 787 kcal [タンパク質] 20.2 g [脂質] 23.6 g [炭水化物] 119.7 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 686 kcal [タンパク質] 30.6 g [脂質] 6.8 g [炭水化物] 119.8 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 741 kcal [タンパク質] 24.8 g [脂質] 27.0 g [炭水化物] 95.6 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 552 kcal [タンパク質] 27.9 g [脂質] 9.7 g [炭水化物] 89.1 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	[エネルギー] 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03月20日(月) ~ 2017年03月26日(日)

	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)
朝 食		○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○薩摩揚げと小松菜の炒煮 ○プリン	○ホットドッグ ○コンソメスープ ○大豆とツナの野菜リッ ○バナナ ○牛乳	○ごはん ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○ほうれん草の磯和え ○ヨーグルト	○食パン ○ロールキャベツ ○アスパラサラダ ○オレンジ ○乳酸菌飲料		
	[エネルギー] 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] 675 kcal [タンパク質] 31.4 g [脂質] 14.2 g [炭水化物] 102.5 g [塩分] 3.9 g	[エネルギー] 598 kcal [タンパク質] 23.8 g [脂質] 25.7 g [炭水化物] 70.9 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 518 kcal [タンパク質] 26.4 g [脂質] 6.0 g [炭水化物] 86.7 g [塩分] 2.4 g	[エネルギー] 585 kcal [タンパク質] 20.6 g [脂質] 16.2 g [炭水化物] 91.4 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	○牛丼 ○味噌汁 ○キャベツのピザナッツ和え ○みかんゼリー	○ツナのトマトソースパゲティ ○コンソメスープ ○さつま芋サラダ ○みかんヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の甘酢あん ○大根サラダ	○チャーハン ○中華スープ ○大根サラダ ○杏仁豆腐			
	[エネルギー] 575 kcal [タンパク質] 23.2 g [脂質] 4.1 g [炭水化物] 99.0 g [塩分] 4.1 g	[エネルギー] 746 kcal [タンパク質] 29.2 g [脂質] 16.6 g [炭水化物] 116.4 g [塩分] 3.9 g	[エネルギー] 685 kcal [タンパク質] 28.5 g [脂質] 12.2 g [炭水化物] 111.9 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 644 kcal [タンパク質] 15.6 g [脂質] 19.5 g [炭水化物] 89.9 g [塩分] 3.3 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。

# 週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2017年03月27日(月) ~ 2017年04月02日(日)

	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	4月1日(土)	4月2日(日)
朝 食		○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○ほうれん草の胡麻和え ○プリン	○ピザトースト ○ミニメロンパン ○コンソメスープ ○大豆とベーコンの洋風煮 ○バナナ ○乳酸菌飲料	○ごはん ○味噌汁 ○ブリの照焼き ○れんこん金平 ○いちごヨーグルト	○ロールパン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○プロコリ-の伊リアンサラダ ○りんご ○野菜ジュース		
	[エネルギー] 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] 628 kcal [タンパク質] 25.4 g [脂質] 14.7 g [炭水化物] 96.6 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 552 kcal [タンパク質] 25.3 g [脂質] 14.0 g [炭水化物] 83.2 g [塩分] 4.4 g	[エネルギー] 611 kcal [タンパク質] 22.4 g [脂質] 12.4 g [炭水化物] 99.2 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 700 kcal [タンパク質] 22.3 g [脂質] 36.2 g [炭水化物] 74.2 g [塩分] 5.2 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	○チキンカレー ○コンソメスープ ○コールスローサラダ ○フルーツヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○揚げ魚の野菜あんかけ ○カラフルサラダ ○ライチゼリー	○海鮮焼きそば ○中華スープ ○もやし中華和え ○ババロア	○ごはん ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○アスパラサラダ ○ラ・フランスゼリー			
	[エネルギー] 753 kcal [タンパク質] 20.3 g [脂質] 21.6 g [炭水化物] 104.4 g [塩分] 5.4 g	[エネルギー] 751 kcal [タンパク質] 20.2 g [脂質] 23.5 g [炭水化物] 110.6 g [塩分] 2.4 g	[エネルギー] 609 kcal [タンパク質] 27.1 g [脂質] 8.9 g [炭水化物] 105.0 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 696 kcal [タンパク質] 22.4 g [脂質] 17.8 g [炭水化物] 112.3 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。