

週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2023年08月28日(月) ~ 2023年09月03日(日)

	8月28日(月)	8月29日(火)	8月30日(水)	8月31日(木)	9月1日(金)	9月2日(土)	9月3日(日)
朝 食	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○きんぴらごぼう ○水ようかん	○ごはん ○すまし汁 ○サケの西京焼き ○なすの煮つけ ○オレンジ	○ピザトースト ○ミニメロンパン ○大豆とﾊﾞｰｺﾝの洋風煮 ○ポパイサラダ ○野菜ジュース	○ごはん ○すまし汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○蓮根と薩摩揚げの炒め煮 ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○大根とツナの煮物 ○いちごヨーグルト		
	[エネルギー] 734 kcal [タンパク質] 27.5 g [脂質] 10.8 g [炭水化物] 129.9 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 591 kcal [タンパク質] 27.4 g [脂質] 15.5 g [炭水化物] 81.1 g [塩分] 1.6 g	[エネルギー] 545 kcal [タンパク質] 29.5 g [脂質] 16.6 g [炭水化物] 70.2 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 519 kcal [タンパク質] 20.5 g [脂質] 2.1 g [炭水化物] 103.5 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 569 kcal [タンパク質] 23.2 g [脂質] 8.5 g [炭水化物] 97.1 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
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 ○肉じゃが ○小松菜のごまマヨサゲ ○ラ・フランスゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○親子煮 ○もやしのお浸し ○杏仁豆腐	○ごはん ○フライ盛り合わせ ○コンソメスープ ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｺｰﾝのﾗﾀﾞ ○ヨーグルト	○ごはん ○けんちん汁 ○サバの味噌煮 ○白菜の胡麻和え ○バナナムス	○ごはん ○コンソメスープ ○ハンバーグ ○マカロニサラダ ○パパロア		
	[エネルギー] 682 kcal [タンパク質] 30.1 g [脂質] 13.0 g [炭水化物] 107.5 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 721 kcal [タンパク質] 32.5 g [脂質] 17.0 g [炭水化物] 95.2 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 829 kcal [タンパク質] 23.8 g [脂質] 30.2 g [炭水化物] 113.6 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 830 kcal [タンパク質] 27.1 g [脂質] 33.7 g [炭水化物] 97.7 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 699 kcal [タンパク質] 21.0 g [脂質] 17.0 g [炭水化物] 112.8 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

* 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： 2023年09月04日(月) ~ 2023年09月10日(日)

	9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)	9月7日(木)	9月8日(金)	9月9日(土)	9月10日(日)
朝食	○ホットドッグ ○コンソメスープ ○プレーンオムレツ ○プリン	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉のマヨネーズ焼き ○切干大根の煮物 ○白桃缶	○ごはん ○味噌汁 ○サバの塩焼き ○炒り豆腐 ○水ようかん	○ごはん ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○竹輪と大根の煮物 ○バナナムス	○ごはん ○すまし汁 ○サワラの西京焼き ○五目煮豆 ○ヨーグルト		
	[エネルギー] 754 kcal [タンパク質] 33.7 g [脂質] 38.1 g [炭水化物] 72.0 g [塩分] 4.7 g	[エネルギー] 535 kcal [タンパク質] 19.8 g [脂質] 5.3 g [炭水化物] 98.9 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 811 kcal [タンパク質] 30.0 g [脂質] 29.1 g [炭水化物] 100.6 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 614 kcal [タンパク質] 17.6 g [脂質] 13.6 g [炭水化物] 102.2 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 663 kcal [タンパク質] 37.7 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 90.6 g [塩分] 2.5 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	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○ポッコリーの胡麻和え ○ごまプリン	○豚汁うどん ○はんぺんの磯辺焼き ○ごぼうサラダ ○ぶどうゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○鶏肉のトマトソース ○キャベツとコーンのサラダ ○フルーツポンチ	○ごはん ○味噌汁 ○肉豆腐 ○ポパイサラダ ○プリン	○中華丼 ○中華スープ ○しゅうまい ○杏仁豆腐		
	[エネルギー] 706 kcal [タンパク質] 25.9 g [脂質] 15.9 g [炭水化物] 112.8 g [塩分] 5.2 g	[エネルギー] 718 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂質] 10.7 g [炭水化物] 117.8 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 816 kcal [タンパク質] 29.4 g [脂質] 26.0 g [炭水化物] 104.6 g [塩分] 5.3 g	[エネルギー] 699 kcal [タンパク質] 34.8 g [脂質] 15.0 g [炭水化物] 100.9 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 700 kcal [タンパク質] 28.5 g [脂質] 12.5 g [炭水化物] 105.1 g [塩分] 3.4 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： 2023年09月11日(月) ~ 2023年09月17日(日)

	9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)	9月14日(木)	9月15日(金)	9月16日(土)	9月17日(日)
朝 食	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○なすの煮つけ ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○目玉焼き&ウインナー ○切干と高野の煮物 ○ヨーグルト	○ごはん ○すまし汁 ○鶏肉の味噌付け焼き ○たけのこの煮物 ○ライチゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○タンドリーチキン ○納豆草とベーコンのソテー ○いちごヨーグルト	○ごはん ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○温野菜サラダ ○プリン		
	[エネルギー] 675 kcal [タンパク質] 26.0 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 108.7 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 694 kcal [タンパク質] 24.7 g [脂質] 20.4 g [炭水化物] 99.7 g [塩分] 4.1 g	[エネルギー] 727 kcal [タンパク質] 30.3 g [脂質] 6.9 g [炭水化物] 132.2 g [塩分] 4.8 g	[エネルギー] 640 kcal [タンパク質] 35.6 g [脂質] 14.3 g [炭水化物] 89.4 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 810 kcal [タンパク質] 24.4 g [脂質] 34.0 g [炭水化物] 100.3 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	○ごはん ○味噌汁 ○あんかけ豆腐ハンバーグ ○もやしのゆかり和え ○ぶどうゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの磯香焼き ○高野豆腐の煮物 ○水ようかん	○ごはん ○コンソメスープ ○鮭のクリームソース ○コンコンサラダ ○ラ・フランスゼリー	○野菜タンメン ○はんぺんバター焼き ○いんげんの胡麻和え ○ぶどうゼリー	○ごはん ○すまし汁 ○厚揚げの味噌炒め ○ツナと白菜の炒め煮 ○ピーチゼリー		
	[エネルギー] 638 kcal [タンパク質] 20.4 g [脂質] 14.6 g [炭水化物] 104.0 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 708 kcal [タンパク質] 29.9 g [脂質] 15.1 g [炭水化物] 105.9 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 643 kcal [タンパク質] 29.2 g [脂質] 13.7 g [炭水化物] 96.7 g [塩分] 5.6 g	[エネルギー] 623 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂質] 9.0 g [炭水化物] 99.2 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 611 kcal [タンパク質] 28.4 g [脂質] 8.0 g [炭水化物] 100.4 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

* 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： 2023年09月18日(月) ～ 2023年09月24日(日)

	9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	9月23日(土)	9月24日(日)
朝食	○フレンチトースト ○コンソメスープ ○ジャーマンポテト ○ぶどうゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○豆腐とひじきの炒煮 ○パナナムス	○ごはん ○すまし汁 ○鶏肉の胡麻味噌焼き ○里芋の鶏そぼろあん ○水ようかん	○ごはん ○味噌汁 ○ブリの照焼き ○大根のそぼろ煮 ○マスカットゼリー	○ロールパン ○ロールキャベツ ○仏とじゃが芋の炒め ○いちごヨーグルト		
	[エネルギー] 714 kcal [タンパク質] 23.3 g [脂質] 16.6 g [炭水化物] 118.2 g [塩分] 4.3 g	[エネルギー] 651 kcal [タンパク質] 35.8 g [脂質] 13.6 g [炭水化物] 93.8 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 699 kcal [タンパク質] 24.2 g [脂質] 14.6 g [炭水化物] 112.5 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 551 kcal [タンパク質] 18.7 g [脂質] 10.2 g [炭水化物] 95.3 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 502 kcal [タンパク質] 19.2 g [脂質] 17.7 g [炭水化物] 69.0 g [塩分] 2.2 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	○ごはん ○味噌汁 ○豚肉の柳川風 ○青菜のピーナツ和え ○ライチゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○フライ盛り合わせ ○カラフルサラダ ○ごまプリン	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚の野菜あんかけ ○ほうれん草のお浸し ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○豚肉の生姜焼き ○ブロッコリーマヨネーズ和え ○パパロア	○ごはん ○すまし汁 ○サワラの西京焼き ○切干大根の煮物 ○オレンジゼリー		
	[エネルギー] 741 kcal [タンパク質] 25.7 g [脂質] 10.8 g [炭水化物] 132.6 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 851 kcal [タンパク質] 20.1 g [脂質] 30.4 g [炭水化物] 122.2 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 517 kcal [タンパク質] 28.0 g [脂質] 3.0 g [炭水化物] 90.4 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 605 kcal [タンパク質] 29.7 g [脂質] 9.7 g [炭水化物] 97.6 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 617 kcal [タンパク質] 28.3 g [脂質] 13.2 g [炭水化物] 90.0 g [塩分] 1.6 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

* 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： 2023年09月25日(月) ~ 2023年10月01日(日)

	9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)	9月30日(土)	10月1日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○野菜炒め ○炒り豆腐 ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○タンドリーチキン ○杓苳草とベ-コンのソ- ○プリン	○ピザトースト ○コンソメスープ ○ミートオムレツ ○バナナムス	○ごはん ○すまし汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○大根のそぼろ煮 ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの幽庵焼 ○ポパイサラダ ○ババロア		
	[エネルギー] 561 kcal [タンパク質] 23.0 g [脂質] 10.0 g [炭水化物] 92.1 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 630 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂質] 13.5 g [炭水化物] 89.6 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 509 kcal [タンパク質] 20.7 g [脂質] 18.2 g [炭水化物] 65.7 g [塩分] 4.4 g	[エネルギー] 469 kcal [タンパク質] 19.6 g [脂質] 1.3 g [炭水化物] 94.7 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 608 kcal [タンパク質] 25.8 g [脂質] 13.4 g [炭水化物] 92.2 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
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	○ミートドリア ○コンソメスープ ○ブ-ロccoliとコンのソラダ ○ババロア	○海鮮焼きそば ○中華スープ ○ほうれん草のナムル ○杏仁豆腐	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○フレンチサラダ ○みかんヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚のバター醤油 ○マカロニサラダ ○ごまプリン	○カレーうどん ○ちくわ甘辛煮 ○小松菜の胡麻和え ○水ようかん		
	[エネルギー] 633 kcal [タンパク質] 21.8 g [脂質] 16.5 g [炭水化物] 96.7 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 666 kcal [タンパク質] 27.6 g [脂質] 11.4 g [炭水化物] 104.3 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 689 kcal [タンパク質] 23.1 g [脂質] 15.9 g [炭水化物] 110.3 g [塩分] 5.0 g	[エネルギー] 662 kcal [タンパク質] 26.3 g [脂質] 14.1 g [炭水化物] 103.2 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 701 kcal [タンパク質] 28.1 g [脂質] 12.3 g [炭水化物] 112.8 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

*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。