

週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2023年05月29日(月) ~ 2023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 ○ブリの照焼き ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾀﾞｲｺﾞのﾌﾞﾗﾝﾁ ○いちごヨーグルト	○ロールパン ○ロールキャベツ ○マカロニサラダ ○牛乳	○ごはん ○味噌汁 ○豆腐のそぼろあん ○ポテトサラダ ○パイナップル缶詰	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○竹輪と大根の煮物 ○プリン	○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の煮物 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾋﾞｰﾝｽﾞｯﾌﾟ和え ○みかん缶詰		
	[エネルギー] 607 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 89.0 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 564 kcal [タンパク質] 19.0 g [脂質] 23.3 g [炭水化物] 70.2 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 633 kcal [タンパク質] 17.6 g [脂質] 14.6 g [炭水化物] 104.5 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 602 kcal [タンパク質] 34.4 g [脂質] 6.2 g [炭水化物] 98.1 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 611 kcal [タンパク質] 20.3 g [脂質] 9.9 g [炭水化物] 106.4 g [塩分] 3.2 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 ○豆腐のひき肉あん ○焼き茄子 ○みかんゼリー	○スパゲティナポリタン ○コンソメスープ ○ポテトサラダ ○白桃缶詰	○ごはん ○コンソメスープ ○豚肉のトマトカレー煮 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｲﾝﾄﾞﾏﾝｽﾞﾗﾀﾞ ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○鶏と大根の五目煮 ○小松菜のじゃこサラダ ○フルーツポンチ	○ごはん ○中華丼 ○中華スープ ○春雨サラダ ○杏仁豆腐		
	[エネルギー] 591 kcal [タンパク質] 25.4 g [脂質] 8.1 g [炭水化物] 91.3 g [塩分] 2.2 g	[エネルギー] 685 kcal [タンパク質] 20.4 g [脂質] 17.5 g [炭水化物] 109.8 g [塩分] 4.9 g	[エネルギー] 620 kcal [タンパク質] 28.4 g [脂質] 8.1 g [炭水化物] 105.2 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 629 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 10.5 g [炭水化物] 93.0 g [塩分] 4.2 g	[エネルギー] 662 kcal [タンパク質] 24.3 g [脂質] 9.9 g [炭水化物] 105.6 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

* 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06月05日(月) ~ 2023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 ○目玉焼き ○五目煮豆 ○はちみつレモンゼリー	○ごはん ○すまし汁 ○サケの塩焼き ○炒り豆腐 ○いちごヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○五目卵焼き ○厚揚げの炒煮 ○水ようかん	○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 ○バナナ	○食パン ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○コールスローサラダ ○マスカットゼリー		
	[エネルギー] 662 kcal [タンパク質] 25.6 g [脂質] 14.1 g [炭水化物] 105.9 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 570 kcal [タンパク質] 30.5 g [脂質] 9.5 g [炭水化物] 86.5 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 681 kcal [タンパク質] 37.9 g [脂質] 11.2 g [炭水化物] 103.5 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 569 kcal [タンパク質] 22.8 g [脂質] 4.1 g [炭水化物] 108.0 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 754 kcal [タンパク質] 22.2 g [脂質] 38.9 g [炭水化物] 81.6 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
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 ○豚肉の生姜焼き ○ごぼうサラダ ○マスカットゼリー	○炊き込みご飯 ○味噌汁 ○サワラの磯香焼き ○ブロッコリーサラダ ○水ようかん	○ごはん ○中華スープ ○回鍋肉 ○もやしのナムル ○イチゴムース	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○キャベツとコーンのサラダ ○ぶどうゼリー	○ごはん ○八宝菜 ○ワンタンスープ ○大根サラダ ○フルーツヨーグルト		
	[エネルギー] 629 kcal [タンパク質] 30.6 g [脂質] 10.4 g [炭水化物] 99.5 g [塩分] 1.8 g	[エネルギー] 710 kcal [タンパク質] 30.6 g [脂質] 16.7 g [炭水化物] 103.7 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 672 kcal [タンパク質] 25.2 g [脂質] 19.2 g [炭水化物] 95.7 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 711 kcal [タンパク質] 21.2 g [脂質] 18.6 g [炭水化物] 112.5 g [塩分] 5.3 g	[エネルギー] 655 kcal [タンパク質] 26.6 g [脂質] 10.7 g [炭水化物] 97.0 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

* 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06月19日(月) ~ 2023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 ○ホッケの塩焼き ○ブロッコリーの胡麻和え ○プリン	○ごはん ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○アスパラサラダ ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○サケの塩焼き ○豆腐とひじきの炒煮 ○パン缶	○ごはん ○すまし汁 ○鶏肉の味噌付け焼き ○納豆草とベーコンのソテー ○ヨーグルト	○フレンチトースト ○コンソメスープ ○キャベツと卵ソテー ○ラ・フランスゼリー		
	[エネルギー] 580 kcal [タンパク質] 27.7 g [脂質] 9.0 g [炭水化物] 94.4 g [塩分] 2.4 g	[エネルギー] 685 kcal [タンパク質] 19.2 g [脂質] 22.7 g [炭水化物] 98.8 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 602 kcal [タンパク質] 27.9 g [脂質] 10.9 g [炭水化物] 95.9 g [塩分] 4.6 g	[エネルギー] 616 kcal [タンパク質] 34.2 g [脂質] 9.6 g [炭水化物] 96.2 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 683 kcal [タンパク質] 26.6 g [脂質] 16.4 g [炭水化物] 107.6 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
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 ○マカロニサラダ ○パパロア	○ごはん ○すまし汁 ○厚揚げの味噌炒め ○ツナと白菜の炒め煮 ○ぶどうゼリー	○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	○あんかけ焼きそば ○中華スープ ○ブロッコリーのナムル ○パパロア	○ごはん ○コンソメスープ ○タンドリーチキン ○ゆでブロッコリー ○じゃが芋のソテー ○マスカットゼリー		
	[エネルギー] 675 kcal [タンパク質] 21.1 g [脂質] 17.6 g [炭水化物] 103.5 g [塩分] 3.2 g	[エネルギー] 591 kcal [タンパク質] 28.8 g [脂質] 8.2 g [炭水化物] 95.8 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 931 kcal [タンパク質] 22.9 g [脂質] 38.1 g [炭水化物] 122.4 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 642 kcal [タンパク質] 26.8 g [脂質] 12.1 g [炭水化物] 107.2 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 652 kcal [タンパク質] 25.6 g [脂質] 16.4 g [炭水化物] 96.8 g [塩分] 3.2 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： 2023年06月26日(月) ~ 2023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		○レーズンパン ○コンソメスープ ○目玉焼き ○杓苳草と苳の苳ー ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○竹輪と大根の煮物 ○オレンジ	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉卵とじ ○仏とじゃが芋の炒め ○水ようかん	○ごはん ○すまし汁 ○鱈の煮付梅煮風味 ○キャベツと卵ソテー ○マスカットゼリー	○ロールパン ○ロールキャベツ ○ﾌﾞｯｺﾘｰﾗｯｸﾞ ○パン缶		
		[エネルギー] 423 kcal [タンパク質] 24.7 g [脂質] 13.0 g [炭水化物] 51.2 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 532 kcal [タンパク質] 31.9 g [脂質] 3.3 g [炭水化物] 91.1 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 744 kcal [タンパク質] 27.8 g [脂質] 17.7 g [炭水化物] 114.7 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 597 kcal [タンパク質] 28.7 g [脂質] 9.8 g [炭水化物] 96.4 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 456 kcal [タンパク質] 15.3 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 68.3 g [塩分] 2.9 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 ○白身魚のバター醤油 ○小松菜の磯和え ○水ようかん	○ごはん ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○マカロニサラダ ○青りんごゼリー	○三色丼 ○味噌汁 ○厚揚げと野菜とろみ煮 ○ﾊﾞﾊﾞﾛｱ	○ごはん ○中華スープ ○マーボー厚揚げ ○春雨サラダ ○マンゴープリン	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚フライ ○大根サラダ ○オレンジゼリー		
		[エネルギー] 590 kcal [タンパク質] 23.7 g [脂質] 5.6 g [炭水化物] 109.2 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 784 kcal [タンパク質] 22.4 g [脂質] 23.8 g [炭水化物] 118.0 g [塩分] 5.3 g	[エネルギー] 692 kcal [タンパク質] 27.7 g [脂質] 14.3 g [炭水化物] 107.7 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 780 kcal [タンパク質] 26.3 g [脂質] 23.8 g [炭水化物] 108.5 g [塩分] 4.0 g	[エネルギー] 669 kcal [タンパク質] 19.4 g [脂質] 17.4 g [炭水化物] 106.4 g [塩分] 2.8 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。ご了承ください致します。