

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2025年07月28日(月) ～ 2025年08月03日(日)

	7月28日(月)	7月29日(火)	7月30日(水)	7月31日(木)	8月1日(金)	8月2日(土)	8月3日(日)
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○サケの塩焼き ○里芋の鶏そぼろあん ○いちごヨーグルト	○フレンチトースト ○コンソメスープ ○キャベツと卵ソテー ○白桃缶	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○薩摩揚げと小松菜の炒煮 ○ヨーグルト	○ロールパン ○コンソメスープ ○hamとじゃが芋の炒め ○プリン	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○きんぴらごぼう ○ババロア		
	[エネルギー] 596 kcal [タンパク質] 31.5 g [脂質] 8.0 g [炭水化物] 94.7 g [塩分] 4.8 g	[エネルギー] 525 kcal [タンパク質] 20.2 g [脂質] 12.5 g [炭水化物] 83.0 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 558 kcal [タンパク質] 35.3 g [脂質] 4.3 g [炭水化物] 90.0 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 446 kcal [タンパク質] 13.5 g [脂質] 15.7 g [炭水化物] 63.1 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 656 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 10.7 g [炭水化物] 110.5 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	○ミートドリア ○コンソメスープ ○フレンチサラダ ○プリン	○炊き込みご飯 ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○ほうれん草ビーツ和え ○ライチゼリー	○ごはん ○けんちん汁 ○鶏肉の照焼き ○付) オクラ ○白菜の磯和え ○水ようかん	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの磯香焼き ○大根サラダ ○みかんヨーグルト	○ツきのこしらえ ○コンソメスープ ○カラフルサラダ ○いちごゼリー		
	[エネルギー] 670 kcal [タンパク質] 23.8 g [脂質] 21.4 g [炭水化物] 91.3 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 616 kcal [タンパク質] 27.5 g [脂質] 14.3 g [炭水化物] 90.1 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 723 kcal [タンパク質] 27.0 g [脂質] 17.9 g [炭水化物] 109.4 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 660 kcal [タンパク質] 29.2 g [脂質] 17.5 g [炭水化物] 90.3 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 633 kcal [タンパク質] 26.1 g [脂質] 20.3 g [炭水化物] 85.8 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

* 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： 2025年08月04日(月) ～ 2025年08月10日(日)

	8月4日(月)	8月5日(火)	8月6日(水)	8月7日(木)	8月8日(金)	8月9日(土)	8月10日(日)
朝食	○食パン ○コンソメスープ ○プレーンオムレツ ○コールスローサラダ ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○切干と高野の煮物 ○ヨーグルト	○ピザトースト ○コンソメスープ ○ポテトサラダ ○ライチゼリー	○ごはん ○目玉焼き&ウインナー ○ほうれん草の磯和え ○青梅ゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○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		
	[エネルギー] 542 kcal [タンパク質] 19.8 g [脂 質] 19.7 g [炭水化物] 76.5 g [塩 分] 4.4 g	[エネルギー] 577 kcal [タンパク質] 34.1 g [脂 質] 5.2 g [炭水化物] 94.4 g [塩 分] 3.4 g	[エネルギー] 424 kcal [タンパク質] 15.0 g [脂 質] 15.1 g [炭水化物] 57.1 g [塩 分] 3.9 g	[エネルギー] 581 kcal [タンパク質] 18.4 g [脂 質] 17.6 g [炭水化物] 84.6 g [塩 分] 1.4 g	[エネルギー] 667 kcal [タンパク質] 36.6 g [脂 質] 13.4 g [炭水化物] 97.1 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 ○味噌汁 ○白身魚の野菜あんかけ ○千草和え ○フルーツポンチ	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○キャベツとコンソメのソテー ○ぶどうゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉の唐揚げおろし ○ブロッコリーサラダ ○青りんごゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚フライ ○いんげんの胡麻和え ○いちごゼリー	○野菜タンメン ○はんぺんバター焼き ○餃子 ○杏仁豆腐		
	[エネルギー] 607 kcal [タンパク質] 27.7 g [脂 質] 8.0 g [炭水化物] 91.8 g [塩 分] 3.0 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] 767 kcal [タンパク質] 41.4 g [脂 質] 21.4 g [炭水化物] 94.5 g [塩 分] 2.4 g	[エネルギー] 639 kcal [タンパク質] 18.0 g [脂 質] 13.7 g [炭水化物] 108.8 g [塩 分] 2.4 g	[エネルギー] 762 kcal [タンパク質] 37.9 g [脂 質] 14.1 g [炭水化物] 109.0 g [塩 分] 8.0 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。ご了承ください。

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2025年08月11日(月) ～ 2025年08月17日(日)

	8月11日(月)	8月12日(火)	8月13日(水)	8月14日(木)	8月15日(金)	8月16日(土)	8月17日(日)
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉と里芋の煮物 ○厚焼き玉子 ○水ようかん	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○プレーンオムレツ ○竹輪と大根の煮物 ○マスカットゼリー	○ホットドッグ ○大豆とペーコンの洋風煮 ○温野菜サラダ ○牛乳				
	[エネルギー] 730 kcal [タンパク質] 40.9 g [脂 質] 11.5 g [炭水化物] 111.2 g [塩 分] 2.3 g	[エネルギー] 621 kcal [タンパク質] 24.2 g [脂 質] 13.9 g [炭水化物] 99.9 g [塩 分] 3.1 g	[エネルギー] 722 kcal [タンパク質] 31.1 g [脂 質] 35.8 g [炭水化物] 70.8 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	[エネルギー] 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 ○キャベツとコーンのサラダ ○ライチゼリー	○冷やしきつねうどん ○ちくわ甘辛煮 ○もやしのゆかり和え ○ババロア	○ごはん ○すまし汁 ○厚揚げの味噌炒め ○小松菜の胡麻和え ○ぶどうゼリー				
	[エネルギー] 695 kcal [タンパク質] 22.3 g [脂 質] 15.7 g [炭水化物] 113.4 g [塩 分] 5.6 g	[エネルギー] 750 kcal [タンパク質] 27.8 g [脂 質] 7.7 g [炭水化物] 134.3 g [塩 分] 5.7 g	[エネルギー] 595 kcal [タンパク質] 25.2 g [脂 質] 8.3 g [炭水化物] 100.8 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	[エネルギー] 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。

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2025年08月18日(月) ～ 2025年08月24日(日)

	8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)	8月22日(金)	8月23日(土)	8月24日(日)
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○切干と高野の煮物 ○マスカットゼリー	○レーズンパン ○コンソメスープ ○野菜炒め ○プリン	○ロールパン ○ロールキャベツ ○マカロニサラダ ○いちごヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○豆腐とひじきの炒煮 ○パイン缶	○ごはん ○すまし汁 ○鶏肉の胡麻味噌焼き ○蓮根と薩摩揚げの炒め煮 ○水ようかん		
	[エネルギー] 577 kcal [タンパク質] 31.4 g [脂 質] 5.1 g [炭水化物] 100.4 g [塩 分] 3.8 g	[エネルギー] 362 kcal [タンパク質] 15.5 g [脂 質] 10.8 g [炭水化物] 52.1 g [塩 分] 3.1 g	[エネルギー] 537 kcal [タンパク質] 18.0 g [脂 質] 19.7 g [炭水化物] 72.7 g [塩 分] 2.8 g	[エネルギー] 594 kcal [タンパク質] 27.6 g [脂 質] 10.6 g [炭水化物] 94.8 g [塩 分] 3.1 g	[エネルギー] 705 kcal [タンパク質] 24.2 g [脂 質] 14.9 g [炭水化物] 113.0 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
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 ○フルーツポンチ	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉のトマトソース ○南瓜サラダ ○マスカットゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○豚肉のケチャップ炒め ○カリフラワーサラダ ○ミルクプリン	○ビビンバ丼 ○味噌汁 ○しゅうまい ○杏仁豆腐	○ごはん ○コンソメスープ ○キャベツとウインナーのソテー☆ ○ブロッコリーとエノキのサラダ ○ぶどうゼリー		
	[エネルギー] 674 kcal [タンパク質] 26.7 g [脂 質] 13.2 g [炭水化物] 100.9 g [塩 分] 3.8 g	[エネルギー] 801 kcal [タンパク質] 29.5 g [脂 質] 25.4 g [炭水化物] 112.5 g [塩 分] 3.5 g	[エネルギー] 621 kcal [タンパク質] 28.5 g [脂 質] 9.2 g [炭水化物] 104.2 g [塩 分] 2.7 g	[エネルギー] 750 kcal [タンパク質] 25.3 g [脂 質] 14.7 g [炭水化物] 116.7 g [塩 分] 3.7 g	[エネルギー] 524 kcal [タンパク質] 11.9 g [脂 質] 11.1 g [炭水化物] 92.7 g [塩 分] 2.7 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。

週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2025年08月25日(月) ～ 2025年08月31日(日)

	8月25日(月)	8月26日(火)	8月27日(水)	8月28日(木)	8月29日(金)	8月30日(土)	8月31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 ○みかん缶	○ピザトースト ○ミニメロンパン ○大豆とペーコンの洋風煮 ○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 ○目玉焼き&ウインナー ○大根とツナの煮物 ○いちごヨーグルト		
	[エネルギー] 688 kcal [タンパク質] 26.5 g [脂 質] 10.4 g [炭水化物] 119.7 g [塩 分] 3.8 g	[エネルギー] 600 kcal [タンパク質] 27.1 g [脂 質] 15.5 g [炭水化物] 82.9 g [塩 分] 1.6 g	[エネルギー] 468 kcal [タンパク質] 26.4 g [脂 質] 15.6 g [炭水化物] 56.2 g [塩 分] 4.1 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] 676 kcal [タンパク質] 27.5 g [脂 質] 19.6 g [炭水化物] 93.9 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 ○肉じゃが ○小松菜のごまマヨネーズ ○コーヒゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○親子煮 ○もやしのお浸し ○杏仁豆腐	○ごはん ○コンソメスープ ○ハンバーグ ○マカロニサラダ ○パパロア	○ごはん ○けんちん汁 ○サバの味噌煮 ○白菜の胡麻和え ○水ようかん	○ごはん ○鶏肉のトマトソース ○コンソメスープ ○ブロッコリーとコーンのサラダ ○ヨーグルト		
	[エネルギー] 701 kcal [タンパク質] 30.2 g [脂 質] 15.0 g [炭水化物] 107.4 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] 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] 837 kcal [タンパク質] 27.2 g [脂 質] 28.8 g [炭水化物] 110.7 g [塩 分] 2.2 g	[エネルギー] 756 kcal [タンパク質] 32.1 g [脂 質] 21.9 g [炭水化物] 107.0 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

* 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。