

週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2021年05月03日(月) ~ 2021年05月09日(日)

	5月3日(月)	5月4日(火)	5月5日(水)	5月6日(木)	5月7日(金)	5月8日(土)	5月9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 ○アスパラソテー ○プリン 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○きんぴらごぼう ○バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○ロールパン ○ロールキャベツ ○マカロニサラダ ○牛乳 ○オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○大根のそぼろ煮 ○イチゴムース 			
	[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] 754 kcal [タンパク質] 26.1 g [脂質] 38.6 g [炭水化物] 76.5 g [塩分] 5.6 g	[エネルギー] 739 kcal [タンパク質] 29.1 g [脂質] 13.5 g [炭水化物] 124.8 g [塩分] 4.4 g	[エネルギー] 556 kcal [タンパク質] 19.5 g [脂質] 20.1 g [炭水化物] 79.3 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 570 kcal [タンパク質] 22.9 g [脂質] 9.5 g [炭水化物] 96.0 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	<ul style="list-style-type: none"> ○肉うどん ○南瓜のはさみ揚げ ○白菜の磯和え ○パパロア 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○味噌汁 ○肉じゃが ○かぼちゃサラダ ○ぶどうゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○中華スープ ○麻婆豆腐 ○春雨サラダ ○杏仁豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○コンソメスープ ○鮭のクリームソース ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｯｼﾞのﾗﾀﾞ ○ピーチゼリー 			
	[エネルギー] 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] 544 kcal [タンパク質] 21.0 g [脂質] 14.0 g [炭水化物] 79.7 g [塩分] 3.2 g	[エネルギー] 698 kcal [タンパク質] 29.3 g [脂質] 11.1 g [炭水化物] 116.5 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 719 kcal [タンパク質] 21.0 g [脂質] 15.7 g [炭水化物] 109.6 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 709 kcal [タンパク質] 34.6 g [脂質] 15.0 g [炭水化物] 104.7 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

*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： 2021年05月10日(月) ～ 2021年05月16日(日)

	5月10日(月)	5月11日(火)	5月12日(水)	5月13日(木)	5月14日(金)	5月15日(土)	5月16日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○切干と高野の煮物 ○ヨーグルト	○ごはん ○すまし汁 ○サワラの西京焼き ○炒り豆腐 ○バナナムス	○ごはん ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○竹輪と大根の煮物 ○プリン	○ホットドッグ ○野菜ポトフ ○ポパイサラダ ○牛乳 ○バナナ	○ごはん ○すまし汁 ○サバの味噌煮 ○五目煮豆 ○いちごヨーグルト		
	[エネルギー] 589 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂質] 5.3 g [炭水化物] 97.2 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 671 kcal [タンパク質] 33.8 g [脂質] 19.2 g [炭水化物] 85.7 g [塩分] 1.8 g	[エネルギー] 588 kcal [タンパク質] 20.1 g [脂質] 11.5 g [炭水化物] 97.3 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 614 kcal [タンパク質] 24.8 g [脂質] 24.7 g [炭水化物] 76.5 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 692 kcal [タンパク質] 27.1 g [脂質] 20.1 g [炭水化物] 97.9 g [塩分] 3.7 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
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 ○けんちん汁 ○サバの味噌煮 ○白菜の磯和え ○オレンジゼリー	○ツナピラフ ○コンソメスープ ○カリフラワーサラダ ○フルーツヨーグルト	○なっとうビビンバ ○中華スープ ○しゅうまい ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○肉豆腐 ○ブロッコリーサラダ ○プリン	○野菜タンメン ○はんぺんバター焼き ○小松菜のしらす和え ○ピーチゼリー		
	[エネルギー] 749 kcal [タンパク質] 25.5 g [脂質] 25.6 g [炭水化物] 97.0 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 583 kcal [タンパク質] 22.9 g [脂質] 10.0 g [炭水化物] 86.6 g [塩分] 5.2 g	[エネルギー] 715 kcal [タンパク質] 31.5 g [脂質] 20.2 g [炭水化物] 98.7 g [塩分] 2.2 g	[エネルギー] 724 kcal [タンパク質] 35.2 g [脂質] 18.1 g [炭水化物] 100.6 g [塩分] 2.2 g	[エネルギー] 648 kcal [タンパク質] 38.4 g [脂質] 8.9 g [炭水化物] 101.2 g [塩分] 7.6 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： 2021年05月17日(月) ~ 2021年05月23日(日)

	5月17日(月)	5月18日(火)	5月19日(水)	5月20日(木)	5月21日(金)	5月22日(土)	5月23日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾀﾞｲｽﾞのｼﾞｰ ○イチゴﾑｰｽ	○ごはん ○すまし汁 ○サケの西京焼き ○ｼﾞｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ ○ﾊﾞﾅﾅ	○ロールパン ○肉団子のスープ煮 ○温野菜サラダ ○乳酸菌飲料 ○オレンジ	○ごはん ○味噌汁 ○タンドリーチキン ○ﾊﾑとｼﾞﾔｶﾞ芋の炒め ○ﾕｰｸﾞﾙﾄ	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○かぼちゃサラダ ○マスカットゼリー		
	[エネルギー] 606 kcal [タンパク質] 30.4 g [脂質] 14.2 g [炭水化物] 86.7 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 695 kcal [タンパク質] 29.8 g [脂質] 16.1 g [炭水化物] 105.3 g [塩分] 1.7 g	[エネルギー] 629 kcal [タンパク質] 24.9 g [脂質] 23.8 g [炭水化物] 86.1 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 648 kcal [タンパク質] 33.4 g [脂質] 11.5 g [炭水化物] 98.8 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 675 kcal [タンパク質] 23.1 g [脂質] 14.7 g [炭水化物] 112.3 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
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 ○コンソメスープ ○煮込みハンバーグ ○マカロニサラダ ○ﾊﾞﾊﾞﾛｱ	○味噌野菜ラーメン ○はんぺんの磯辺焼き ○いんげんとしめじｼﾞｰ ○ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ	○サーモンドリア ○コンソメスープ ○フレンチサラダ ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○豚肉の生姜焼き ○アスパラサラダ ○水ようかん	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの磯香焼き ○がんもの煮物 ○ぶどうゼリー		
	[エネルギー] 797 kcal [タンパク質] 23.2 g [脂質] 24.1 g [炭水化物] 119.7 g [塩分] 5.3 g	[エネルギー] 626 kcal [タンパク質] 34.7 g [脂質] 9.1 g [炭水化物] 89.4 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 561 kcal [タンパク質] 20.7 g [脂質] 12.8 g [炭水化物] 89.6 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 697 kcal [タンパク質] 30.7 g [脂質] 14.5 g [炭水化物] 106.5 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 703 kcal [タンパク質] 31.5 g [脂質] 17.7 g [炭水化物] 97.5 g [塩分] 2.6 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： 2021年05月24日(月) ～ 2021年05月30日(日)

	5月24日(月)	5月25日(火)	5月26日(水)	5月27日(木)	5月28日(金)	5月29日(土)	5月30日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○三色玉子焼き ○大根とツナの煮物 ○水ようかん	○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 ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの西京焼き ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻和え ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○スクランブルエッグ ○アスパラサラダ ○プリン	○ホットドッグ ○野菜ポトフ ○ポパイサラダ ○牛乳 ○バナナ		
	[エネルギー] 610 kcal [タンパク質] 20.6 g [脂質] 7.7 g [炭水化物] 112.1 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 477 kcal [タンパク質] 22.2 g [脂質] 15.1 g [炭水化物] 65.1 g [塩分] 4.6 g	[エネルギー] 623 kcal [タンパク質] 34.2 g [脂質] 13.0 g [炭水化物] 88.4 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 621 kcal [タンパク質] 20.6 g [脂質] 14.8 g [炭水化物] 100.0 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 614 kcal [タンパク質] 24.8 g [脂質] 24.7 g [炭水化物] 76.5 g [塩分] 3.7 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
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	○おきのこｽﾊﾞﾞﾞﾞﾞ ○コンソメスープ ○カラフルサラダ ○フルーツポンチ	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚の野菜あんかけ ○千草和え ○プリン	○ごはん ○コンソメスープ ○豚肉のケチャップ炒め ○キャベツとｺﾝのﾗｸﾞ ○イチゴﾓｰｽ	○たけのこご飯 ○味噌汁 ○厚揚げの味噌炒め ○コンコンサラダ ○水ようかん	○ごはん ○コンソメスープ ○ハンバーグ ○マカロニサラダ ○ﾊﾞﾊﾞﾛｱ		
	[エネルギー] 681 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 20.9 g [炭水化物] 84.9 g [塩分] 4.0 g	[エネルギー] 576 kcal [タンパク質] 27.5 g [脂質] 7.5 g [炭水化物] 95.9 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 747 kcal [タンパク質] 28.0 g [脂質] 23.3 g [炭水化物] 105.1 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 746 kcal [タンパク質] 30.0 g [脂質] 15.0 g [炭水化物] 118.3 g [塩分] 4.1 g	[エネルギー] 715 kcal [タンパク質] 20.3 g [脂質] 18.5 g [炭水化物] 113.9 g [塩分] 3.7 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： 2021年05月31日(月) ~ 2021年06月06日(日)

	5月31日(月)	6月1日(火)	6月2日(水)	6月3日(木)	6月4日(金)	6月5日(土)	6月6日(日)
朝 食	○ごはん ○味噌汁 ○ブリの照焼き ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとツﾀのｼﾚｰ ○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 ○ごまプリン	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○竹輪と大根の煮物 ○オレンジ	○食パン ○コンソメスープ ○大豆のトマト煮 ○ポテトサラダ ○バナナ	○ごはん ○味噌汁 ○肉団子の煮物 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾋﾞｰﾅｯｼﾞ和え ○プリン		
	[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] 596 kcal [タンパク質] 21.7 g [脂質] 22.5 g [炭水化物] 80.8 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 525 kcal [タンパク質] 30.7 g [脂質] 3.8 g [炭水化物] 88.6 g [塩分] 2.4 g	[エネルギー] 594 kcal [タンパク質] 20.6 g [脂質] 20.3 g [炭水化物] 85.8 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 655 kcal [タンパク質] 23.3 g [脂質] 12.8 g [炭水化物] 107.5 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
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 ○水ようかん	○スパゲティナポリタン ○コンソメスープ ○ポテトサラダ ○白桃ヨーグルト	○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ﾀﾘｱﾝｻﾗﾀﾞ ○ﾊﾞﾊﾞﾛｱ	○チャーハン ○中華スープ ○春雨サラダ ○杏仁豆腐	○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		
	[エネルギー] 636 kcal [タンパク質] 25.9 g [脂質] 8.1 g [炭水化物] 112.9 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 703 kcal [タンパク質] 22.1 g [脂質] 18.9 g [炭水化物] 109.2 g [塩分] 5.0 g	[エネルギー] 633 kcal [タンパク質] 29.2 g [脂質] 8.4 g [炭水化物] 106.9 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 688 kcal [タンパク質] 14.7 g [脂質] 21.5 g [炭水化物] 97.2 g [塩分] 3.3 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] 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。