

週間予定献立表 (常食)

期間： 2023年08月27日(日) ~ 2023年09月02日(土)

	8月27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)
朝	○ご飯 ○がんもとふきの煮物 ○赤かつぱ ○味噌汁(白菜・貝割れ)	○ご飯 ○大根と鶏肉の炒め煮 ○青かつぱ ○味噌汁(玉葱・にら)	○ご飯 ○かぶのかにかま煮 ○しば漬け ○味噌汁(白玉麩/絹さや)	○食パン ○チリコンカン ○*りんごジャム ○コンソメスープ(モロヘイヤ/コソ)	○ご飯 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(キャベツ/白玉麩)	○卵粥 ○チキンボールのコンソメ煮 ○青かつぱ ○味噌汁(小松菜・長葱)	○ロールパン ○アスパラと卵のソテー ○*マーメレードジャム ○ミルクスープ(青梗菜・コソ)
食	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳
昼	○ソース焼きそば ○隠元のきなこ和え ○レアチーズムース ○味噌汁(小松菜・かぶ)	○ポークカレー ○ツナサラダ ○ザクザクフルーツ(いちご) ○パンプキンポタージュ	○ご飯 ○ヒレカツ&ポテトコロッケ ○胡瓜と竹輪の揚げ和え ○オレンジムース ○コンソメスープ(白菜/カト)	○麦飯 ○鶏の梅ごま焼き ○ジャーマンポテト ○バナナ ○味噌汁(若布・青葱)	○うな井 ○ほうれん草の山葵和え ○黄桃缶 ○すまし汁(かぶ・三つ葉)	○ご飯 ○鯖の幽庵焼き ○ブロッコリーのサラダ ○ザクザクフルーツ(りんご) ○味噌汁(玉葱・隠元)	○ご飯 ○肉じゃが ○白菜の胡麻和え ○メロンムース ○味噌汁(わかめ・油揚げ)
食	○ぼたぼた焼き ○乳酸菌ウォーター	○抹茶ゼリー(ホイップ) ○麦茶	○エクレア ○玄米茶	○スナック菓子 ○レモンティー	○ソフトドーナッツ ○玄米茶	○ミニあんパン ○麦茶	○チョコ蒸しケーキ ○玄米茶
夕	○ご飯 ○鯖の山椒焼き ○枝豆入りポテトサラダ ○たくあん ○すまし汁(素麺・花麩)	○ご飯 ○鰯のトマト煮 ○大豆と椎茸のバター醤油 ○桜大根 ○味噌汁(もやし・隠元)	○ご飯 ○えびと豆腐チャンプル ○里芋のそぼろあん ○たくあん ○味噌汁(納豆/カト・玉葱)	○ご飯 ○たらの西京焼き ○マカロニサラダ ○赤かつぱ ○すまし汁(舞茸・貝割)	○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○さつまいものサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(白菜・青葱)	○ご飯 ○鶏のバター醤油焼き ○里芋と車麩の煮物 ○たくあん ○すまし汁(豆腐・さや)	○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○きのこのマリネ ○赤かつぱ ○味噌汁(小松菜・青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 59.4 g [脂質] 47.9 g [炭水化物] 227.0 g [塩分] 8.4 g	[エネルギー] 1713 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂質] 46.3 g [炭水化物] 235.6 g [塩分] 8.0 g	[エネルギー] 1686 kcal [タンパク質] 65.5 g [脂質] 46.4 g [炭水化物] 232.0 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 63.9 g [脂質] 41.4 g [炭水化物] 231.5 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1703 kcal [タンパク質] 66.1 g [脂質] 52.4 g [炭水化物] 233.8 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1615 kcal [タンパク質] 73.7 g [脂質] 42.1 g [炭水化物] 238.2 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1711 kcal [タンパク質] 60.5 g [脂質] 57.1 g [炭水化物] 238.1 g [塩分] 6.1 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 (常食)

期間： 2023年09月03日 (日) ~ 2023年09月09日 (土)

	9月3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)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉ともやしの塩炒め ○しば漬け ○味噌汁 (大根・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○高野と椎茸の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (小松菜えのき) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○アスパラと卵のソテー ○*マーメイドジャム ○コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁 (南瓜・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○がんも煮 ○桜大根 ○味噌汁 (小松菜・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*りんごジャム ○コンソメスープ (バジ・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○里芋と薩摩揚げの煮物 ○たくあん ○味噌汁 (もやし・長葱)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○ホッケの磯焼き ○里芋のずんだ和え ○バナナ ○すまし汁 (蒲鉾/みつば) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ハヤシライス ○春雨サラダ ○メロンムース ○コンソメスープ (柿の葉/バジ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉と空豆の甘辛炒め ○ピーナッツ和え ○ジャムヨーグルト (りんご) ○味噌汁 (白菜・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉とピーマンの炒め ○和食やお漬物のお浸し ○ピーチムース ○中華スープ (春雨/片栗) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○海老炒め・クリームコロッケ ○切干大根のサラダ ○ジャムヨーグルト (いちご) ○味噌汁 (わかめ・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○柿のムース レモンソース ○ブロッコリーとキャベツのサラダ ○黄桃缶 ○コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○麻婆茄子 ○青菜と菊花のお浸し ○ストロベリームース ○すまし汁 (かぶ・椎茸)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○ハッピーターン ○ミルクココア 	<ul style="list-style-type: none"> ○ワッフル ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○コーヒーゼリー ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○せんべい 雪の宿 ○アップルティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールケーキ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○いちごスペシャル ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○どらやきORトースト ○煎茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の甘酢あん ○白菜の胡麻和え ○青かっぱ ○味噌汁 (玉葱・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚ムニエル オレンジソース ○揚げ茄子の青じそ和え ○たくあん ○味噌汁 (さつま・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の味噌煮 ○胡瓜とわかめの酢の物 ○納豆 ○すまし汁 (かぶ・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖のごまだれ焼き ○ツナひじきサラダ ○しば漬け ○味噌汁 (もやし・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚のトマト煮 ○おくらの土佐和え ○たくあん ○味噌汁 (冬瓜・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○南瓜の含め煮 ○しば漬け ○すまし汁 (花麩・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○やわらか大学芋 ○赤かっぱ ○味噌汁 (はんぺん/青葱)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1593 kcal [タンパク質] 64.9 g [脂質] 41.1 g [炭水化物] 243.9 g [塩分] 6.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1690 kcal [タンパク質] 59.2 g [脂質] 48.3 g [炭水化物] 239.3 g [塩分] 7.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1624 kcal [タンパク質] 69.4 g [脂質] 50.5 g [炭水化物] 215.2 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1565 kcal [タンパク質] 61.1 g [脂質] 37.4 g [炭水化物] 244.5 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1625 kcal [タンパク質] 60.6 g [脂質] 46.3 g [炭水化物] 233.8 g [塩分] 7.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1615 kcal [タンパク質] 61.6 g [脂質] 41.4 g [炭水化物] 244.8 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1721 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂質] 42.2 g [炭水化物] 258.8 g [塩分] 6.4 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 (常食)

期間： 2023年09月10日(日) ~ 2023年09月16日(土)

	9月10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)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○車麩とふきの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜しめじ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ゆかり粥 ○えびとさやの卵とじ ○青かっぱ ○味噌汁(玉葱・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○卵パンとぶどうパン ○スクランブルエッグ ○*イチゴジャム ○コンソメスープ(キャベツ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ウインナー野菜ソテー ○しば漬け ○味噌汁(小松菜えのき) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○三色稲荷と野菜の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(隠元・白麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○ポークビーンズ ○*イチゴジャム ○コンソメスープ(菜の花・大根) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉と野菜の旨塩煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(玉葱・若布)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○野菜醤油ラーメン ○焼き餃子 ○バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレーの味噌焼き ○パンプキンサラダ ○メロンムース ○すまし汁(印ハヤ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉とピーマンの塩炒め ○ほうれん草チーズクリーム煮 ○みかん缶 ○味噌汁(花麩・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カニ玉 ○枝豆入りポテトサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○味噌汁(舞茸・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚とエリンギ・リクワース ○キャベツのドレッシング和え ○オレンジムース ○味噌汁(大根・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鶏の磯辺焼き ○卵の花 ○すまし汁(素麺・三葉) ○ジャムヨーグルト(りんご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○キーマカレー ○印ハヤのごまドレ和え ○ピーチムース ○コンソメスープ(椎茸・コーン)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○マリービスケット ○カフェオレ 	<ul style="list-style-type: none"> ○カステラ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○かぼちゃパバロア ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○もみじ饅頭 ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○たいやき ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○チーズ蒸しケーキ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ミニクリームパン ○麦茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の山椒焼き ○白菜と胡瓜の酢の物 ○ふりかけ ○味噌汁(じゃが芋/若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ハンバーグケチャップソース ○ひじきの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(さつま・ミツバ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○赤魚の粕漬け焼き ○春雨のマヨサラダ ○たくあん ○味噌汁(茄子・しめじ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ホッケの塩麹焼き ○茄子のおろしポン酢 ○ふりかけ ○味噌汁(南瓜・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉の大葉味噌炒め ○白菜とわかめの酢の物 ○桜大根 ○すまし汁(豆腐/三つ葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○シュウマイ盛り合わせ ○モヤシと初レソウのナムル ○たくあん ○味噌汁(里芋・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の塩焼き ○さつま芋のレモン煮 ○しば漬け ○味噌汁(花麩・長葱)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1684 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂質] 35.4 g [炭水化物] 283.1 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1594 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂質] 37.6 g [炭水化物] 248.2 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1741 kcal [タンパク質] 65.3 g [脂質] 63.4 g [炭水化物] 227.0 g [塩分] 6.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1698 kcal [タンパク質] 57.0 g [脂質] 62.1 g [炭水化物] 241.1 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1606 kcal [タンパク質] 64.0 g [脂質] 34.0 g [炭水化物] 233.6 g [塩分] 7.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1631 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂質] 34.6 g [炭水化物] 244.7 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1703 kcal [タンパク質] 63.0 g [脂質] 47.4 g [炭水化物] 254.8 g [塩分] 6.1 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 (常食)



期間： 2023年09月17日(日) ~ 2023年09月23日(土)

	9月17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)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉団子とじゃが芋煮 ○青かっぱ ○味噌汁(小松菜えのき) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(里芋・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○スクランブルエッグ ○*マーメレードジャム ○コンソメスープ(玉葱・さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○冬瓜と高野豆腐の煮物 ○たくあん ○味噌汁(さつま芋/長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○菜飯粥 ○豆腐チャンプル ○つぼ漬け ○味噌汁(えのき・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○アロココーとウイナーのソテー ○*りんごジャム ○コンソメスープ(マッシュ/小松菜) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○キャベツと竹輪の炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(モロ・モヤシ)
食	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鮭のバター醤油焼き ○ごぼうの金平 ○バナナ ○広島名物 呉汁 	<ul style="list-style-type: none"> ○赤飯 ○天ぷら盛り合わせ ○お芋とじゃこの炒め物 ○和菓子 ○すまし汁(手鞠麩/三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○家常豆腐 ○小松菜の煮びたし ○ぶどうムース ○味噌汁(大根・しめじ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびクリームシチュー ○コールスローサラダ ○パイナップル ○コンソメスープ(白菜/カトル) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鱈の西京焼き ○アスパラのポン酢和え ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(花麩・菜花) 	<ul style="list-style-type: none"> ○きつねうどん ○茄子とツナの生姜和え ○メロンムース 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏と大豆の味噌煮 ○白菜とみかんのサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(とろろ昆布)
食	○ばかうけ ○ミルクティー	○クリームコンフェ ○玄米茶	○黒棒名門 ○麦茶	○スナック菓子 ○レモネード	○お楽しみおやつ ○玄米茶	○ロールケーキ(苺) ○ミルクココア	○おはぎ ○煎茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ハンバーグステーキ ○白菜のゆかり和え ○たくあん ○味噌汁(もやし・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○ひじきの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(ハハソ/青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○タラの生姜煮 ○南瓜の含め煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・貝割れ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の照り焼き ○カリフラワーのマスタードサラダ ○しば漬け ○味噌汁(小松菜・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ポークチャップ ○れんこんのおおさ炒め ○赤かっぱ ○味噌汁(里芋・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の柚子こしょう焼き ○春雨のマヨサラダ ○しば漬け ○味噌汁(白玉麩・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈の竜田焼き ○薩摩芋と椎茸のソテー ○青かっぱ ○味噌汁(かぶ・青葱)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	[エネルギー] 1625 kcal [タンパク質] 63.5 g [脂質] 39.4 g [炭水化物] 258.7 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1694 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂質] 41.2 g [炭水化物] 258.3 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1673 kcal [タンパク質] 66.3 g [脂質] 45.9 g [炭水化物] 236.3 g [塩分] 8.0 g	[エネルギー] 1589 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂質] 35.9 g [炭水化物] 247.0 g [塩分] 6.3 g	[エネルギー] 1591 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂質] 41.8 g [炭水化物] 221.3 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1602 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂質] 56.3 g [炭水化物] 218.8 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1608 kcal [タンパク質] 65.2 g [脂質] 32.6 g [炭水化物] 259.1 g [塩分] 7.7 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 (常食)



期間： 2023年09月24日(日) ~ 2023年09月30日(土)

	9月24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)
朝	○ご飯 ○三色いなり煮 ○たくあん ○味噌汁(キャベツ/にら)	○ご飯 ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○青かっぱ ○味噌汁(かぶ・貝割れ)	○ご飯 ○かたろりのそぼろ煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(ハパン/小松菜)	○ご飯 ○ブロッコリーとベーコン炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(若布・麩)	○ご飯 ○肉団子と野菜の煮物 ○たくあん ○味噌汁(白菜・長葱)	○ロ・パンとぶどうパン ○魚肉ソーセージと野菜リテ ○* マーマレードジャム ○ミルクスープ(バジ・パセリ)	○ご飯 ○がんもとふきの煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・貝割れ)
食	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳
昼	○ご飯 ○回鍋肉 ○納豆のゆめとコーンのナムル ○黄桃缶 ○味噌汁(南瓜・長葱)	○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢 ○大豆とひじきの煮物 ○オレンジムース ○すまし汁(花麩・菜花)	○サンドイッチ ○ささみと野菜のサラダ ○バナナ ○人参のポタージュ	○ご飯 ○ヤンニョムチキン ○空豆と玉子のサラダ ○ストロベリームース ○味噌汁(かぶ・青葱)	○麦飯 ○牛肉のチャプチェ ○小松菜の煮びたし ○ジャム・が 肝(りんご) ○すまし汁(半片/貝割れ)	○ご飯 ○三重名物 とんてき風 ○里芋のごま煮 ○みかん缶 ○三重名物 盆汁	○ナポリタン ○隠元のきなこ和え ○レアチーズムース ○ミルクスープ(小松菜/かぶ)
食	○ソフトサラダせんべい ○乳酸菌ウォーター	○黒糖まんじゅう ○煎茶	○ミニチョコパン ○麦茶	○カルシウムせん ○玄米茶	○パウムクーヘン ○麦茶	○プリン ○玄米茶	○マーラーカオ ○煎茶
夕	○ご飯 ○鯖の梅だれ焼き ○切干大根煮 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜・麩)	○ご飯 ○豚肉のおろしポン酢炒 ○ごぼうの金平 ○つぼ漬け ○味噌汁(舞茸・青葱)	○ご飯 ○野菜たっぷり水餃子 ○里芋サラダ ○納豆 ○味噌汁(茄子・エノ)	○ご飯 ○白身魚の照り焼き ○蓮根と車麩の煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(菜の花・大根)	○ご飯 ○カレーの五目あんかけ ○さつま芋のミルク茶巾 ○しば漬け ○味噌汁(キャベツ/玉葱)	○ご飯 ○鶏肉の治部煮 ○菜の花の辛子和え ○つぼ漬け ○すまし汁(蒲鉾・青葱)	○ご飯 ○鯖の山椒焼き ○南瓜ときのこのミルク煮 ○たくあん ○すまし汁(素麺・花麩)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 61.6 g [脂質] 38.2 g [炭水化物] 257.9 g [塩分] 6.9 g	[エネルギー] 1546 kcal [タンパク質] 66.4 g [脂質] 34.9 g [炭水化物] 241.8 g [塩分] 6.1 g	[エネルギー] 1579 kcal [タンパク質] 58.8 g [脂質] 54.2 g [炭水化物] 234.4 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1736 kcal [タンパク質] 68.0 g [脂質] 41.2 g [炭水化物] 256.4 g [塩分] 7.1 g	[エネルギー] 1597 kcal [タンパク質] 67.1 g [脂質] 37.3 g [炭水化物] 270.3 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1736 kcal [タンパク質] 66.9 g [脂質] 48.3 g [炭水化物] 247.4 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1612 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂質] 43.0 g [炭水化物] 239.2 g [塩分] 7.3 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。