



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年12月03日(日) ~ 2023年12月09日(土)

	12月3日(日)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)	12月8日(金)	12月9日(土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○プレーンオムレツ ○赤かっぱ ○味噌汁(パンパン/小松菜) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○アロココーとベーコン炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(若布・麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉団子と野菜の煮物 ○たくあん ○味噌汁(白菜・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパンとぶどうパン ○魚肉ソーセージと野菜ソテー ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(MIX/ケルトン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○がんもとふきの煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・貝割れ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根と鶏肉の炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁(玉葱・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○アスパラとツナのソテー ○*イチゴジャム ○ミルクスープ(青梗菜・コーン)
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"> ○ご飯 ○ぶりの煮付け ○カリフラワーの甘酢漬 ○ジューク(いちご) ○味噌汁(じゃが・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ソース焼きそば ○隠元のきなこ和え ○レアチーズムース ○コンソメスープ(小松菜/かぶ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏のマヨネーズ焼き ○小松菜の煮びたし ○みかん缶 ○味噌汁(はんぺん/貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鮭のちゃんちゃん焼き ○里芋のごま煮 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○すまし汁(林檎ソウ・葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○握り寿司 ○茶碗蒸し ○黄桃缶 ○味噌汁(かぶ・花麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ポークカレー ○白菜と納豆草の炒め ○バナナ ○コンソメスープ(キャベツ・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚フライ ○胡瓜と竹輪のわか和え ○オレンジムース ○中華スープ(白菜/キ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○チーズ蒸しケーキ ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○和風パイ ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○プリン ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ぼたぼた焼き ○レモネード 	<ul style="list-style-type: none"> ○バウムクーヘン ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○エクレア ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ココアワッフル OR クリームワッフル ○麦茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○野菜たっぷり水餃子 ○ほうれん草とコーンのソテー ○納豆 ○味噌汁(茄子・エノ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレイの五目あんかけ ○さつま芋のいとこ煮 ○しば漬け ○すまし汁(蒲鉾・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉おろしボソ酢炒め ○菜の花の辛子和え ○つぼ漬け ○味噌汁(わかめ・油揚) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉のチャプチェ ○南瓜ときのこのミルク煮 ○たくあん ○味噌汁(小松菜・葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈のトマト煮 ○大豆と椎茸のバター醤油 ○桜大根 ○味噌汁(もやし・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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(納豆ソウ・玉葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1668 kcal [タンパク質] 65.3 g [脂質] 43.9 g [炭水化物] 263.9 g [塩分] 7.1 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1590 kcal [タンパク質] 61.0 g [脂質] 43.6 g [炭水化物] 232.6 g [塩分] 8.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1602 kcal [タンパク質] 65.6 g [脂質] 37.3 g [炭水化物] 243.7 g [塩分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 67.8 g [脂質] 34.3 g [炭水化物] 244.3 g [塩分] 7.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1654 kcal [タンパク質] 74.2 g [脂質] 46.2 g [炭水化物] 244.2 g [塩分] 8.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1599 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂質] 43.0 g [炭水化物] 229.6 g [塩分] 7.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1663 kcal [タンパク質] 66.2 g [脂質] 49.3 g [炭水化物] 234.1 g [塩分] 6.0 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 (常食)



期間： 2023年12月10日(日) ~ 2023年12月16日(土)

	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)	12月16日(土)
朝	○ご飯 ○さつま揚げの炒め煮 ○しば漬け ○味噌汁(大根・にら)	○卵粥 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(キャベツ/白玉麩)	○ロールパン ○チキンボールのコンソメ煮 ○* マーメイドジャム ○ミルクスープ(小松菜・エキ)	○ご飯 ○かぶのかにかま煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(もやし/白玉麩)	○食パン ○チリコンカン ○* りんごジャム ○コンソメスープ(トマト/コーン)	○ご飯 ○高野と椎茸の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(キャベツ/にら)	○ご飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○調味噌 ○味噌汁(南瓜・隠元)
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	○麦飯 ○鶏の梅ごま焼き ○ジャーマンポテト ○パイナップル ○味噌汁(若布・青葱)	○中華丼 ○ほうれん草の山葵和え ○ぶどうムース ○すまし汁(かぶ・三つ葉)	○ご飯 ○鱈の幽庵焼き ○さつま芋のレモン煮 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(玉葱・隠元)	○ご飯 ○肉じゃが ○ブロッコリーのサラダ ○メロンムース ○味噌汁(わかめ・油揚げ)	○麦飯 ○ホッケの磯焼き ○南瓜のミルク茶巾 ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(蒲鉾/みつば)	○ハヤシライス ○春雨サラダ ○バナナ ○コンソメスープ(ホウレンソウ/ペジ)	○ご飯 ○家常豆腐 ○トマトとわかろのお浸し ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(玉葱・庄内麩)
食	○チョコ蒸しケーキ ○玄米茶	○ミニあんパン ○麦茶	○ぶどうゼリー ○玄米茶	○ロールケーキ ○アップルティー	○ソフトクレープ ○玄米茶	○ハッピーターン ○カフェオレ	○ソフトドーナツ ○玄米茶
夕	○ご飯 ○たらの西京焼き ○マカロニサラダ ○赤かっぱ ○すまし汁(舞茸・貝割)	○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○ポテトサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(大根・青葱)	○ご飯 ○鶏のバター醤油焼き ○白菜の胡麻和え ○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 ○赤かっぱ ○味噌汁(小松菜・青葱)	○ご飯 ○鶏の甘酢あん ○切干大根煮 ○青かっぱ ○味噌汁(じゃが・玉葱)	○ご飯 ○白身魚ムニエル オリーブソース ○揚げ茄子の青じそ和え ○たくあん ○味噌汁(エキ・貝割)	○ご飯 ○鱈のごまだれ焼き ○胡瓜とわかめの酢の物 ○納豆 ○すまし汁(かぶ・絹さや)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1553 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂質] 36.3 g [炭水化物] 243.0 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1642 kcal [タンパク質] 64.3 g [脂質] 52.7 g [炭水化物] 227.1 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 68.2 g [脂質] 40.5 g [炭水化物] 237.8 g [塩分] 5.4 g	[エネルギー] 1687 kcal [タンパク質] 59.6 g [脂質] 49.4 g [炭水化物] 245.2 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1570 kcal [タンパク質] 64.2 g [脂質] 34.1 g [炭水化物] 230.7 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1676 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂質] 49.2 g [炭水化物] 249.0 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1731 kcal [タンパク質] 71.6 g [脂質] 50.6 g [炭水化物] 249.7 g [塩分] 7.0 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 (常食)



期間： 2023年12月17日(日) ~ 2023年12月23日(土)

	12月17日(日)	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)	12月23日(土)
朝	○ご飯 ○車麩とふきの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜しめじ)	○ご飯 ○がんも煮 ○桜大根 ○味噌汁(モロ・玉葱)	○ご飯 ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○青かっぱ ○味噌汁(薩摩芋・油揚げ)	○ご飯 ○里芋と薩摩揚げの煮物 ○たくあん ○味噌汁(もやし・長葱)	○菜飯粥 ○アスパラとソーセージのソテー ○青かっぱ ○味噌汁(大根・にら)	○食パン ○スクランブルエッグ ○* マーマレードジャム ○コンソメスープ(玉葱・コーン)	○ご飯 ○えびと野菜の中華煮 ○しば漬け ○味噌汁(キャベツ/玉葱)
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 ○料理のムニエル レモンソース ○アスパラと菜の花のサラダ ○ストロベリームース ○コーンスープ	○ご飯 ○海老炒・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(若布・貝割)	○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○バナナ ○人参のポタージュ	○ご飯 ○牛肉とピーマンの炒め ○隠元のビーナッツ和え ○ぶどうムース ○すまし汁(かぶ・椎茸)	○カレーうどん ○卵の花 ○ジャムヨーグルト(アズキ)	○ご飯 ○カレーの柚子味噌焼き ○南瓜のいとこ煮 ○メロンムース ○すまし汁(印ハヤ)	○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)
食	○せんべい 雪の宿 ○レモネード	○かぼちゃパバロア ○玄米茶	○今川焼き ○煎茶	○クリームコンフェ ○玄米茶	○ミニチョコパン ○麦茶	○マリービスケット ○アップルティー	○コーヒーゼリー ○麦茶
夕	○ご飯 ○麻婆茄子 ○ツナひじきサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(もやし・長葱)	○ご飯 ○鯖のトマト煮 ○里芋のずんだ和え ○たくあん ○味噌汁(冬瓜・青葱)	○ご飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○揚げ茄子の煮びたし ○しば漬け ○すまし汁(花麩・三葉)	○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○南瓜の含め煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(ハクワン/青葱)	○ご飯 ○鶏肉の山椒焼き ○キャベツと胡瓜の酢の物 ○ふりかけ ○味噌汁(じゃが芋/若布)	○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)	○ご飯 ○料理の粕漬け焼き ○春雨のマヨサラダ ○たくあん ○味噌汁(茄子・しめじ)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1665 kcal [タンパク質] 57.9 g [脂質] 39.2 g [炭水化物] 243.4 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1748 kcal [タンパク質] 64.7 g [脂質] 50.9 g [炭水化物] 246.5 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1556 kcal [タンパク質] 63.5 g [脂質] 48.4 g [炭水化物] 226.9 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1628 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂質] 39.2 g [炭水化物] 245.6 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1552 kcal [タンパク質] 55.8 g [脂質] 46.3 g [炭水化物] 223.8 g [塩分] 7.9 g	[エネルギー] 1632 kcal [タンパク質] 58.0 g [脂質] 43.0 g [炭水化物] 257.8 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1583 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂質] 43.0 g [炭水化物] 220.6 g [塩分] 6.8 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。



シダックスフードサービス株式会社



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年12月24日(日) ~ 2023年12月30日(土)

	12月24日(日)	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30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 ○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"> ○ロールパンとぶどうパン ○ウインナー野菜ソテー ○*マーマレードジャム ○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) 	<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(小松菜・茸) 	<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・貝割れ) 	<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)
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"> ○ご飯 ○白身魚ムニエル ガーリックソース ○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"> ○ミートソースパスタ ○サーモンマリネ ○黄桃缶 ○カリフラワーポタージュ 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鶏の磯辺焼き ○ピーマンソテー ○ジャムヨーグルト(いちご) ○広島名物 呉汁 	<ul style="list-style-type: none"> ○キーマカレー ○印ハチのごまドレ和え ○ピーチムース ○コンソメスープ(椎茸・コーン) 	<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 ○味噌汁(舞茸・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヒレカツ&ポテトコロッケ ○胡瓜とわかめの酢の物 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(印・三つ葉) 	<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 ○トマトスープ
食	<ul style="list-style-type: none"> ○クッキー(チョコイス) ○ミルクティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ケーキ ○紅茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ばかうけ ○乳酸菌ウォーター 	<ul style="list-style-type: none"> ○カステラ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ドームケーキ(ｶｽﾀｰﾄﾞ) ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒棒名門 ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○どら焼き ○煎茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カニ玉 ○キャベツと青梗菜のナムル ○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 ○ホッケの塩麹焼き ○茄子のおろしポン酢 ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○シュウマイ盛り合わせ ○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(ハクサイ/青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の照り焼き ○マスタードカリフラワー ○赤かっぱ ○味噌汁(小松菜・玉葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1552 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂質] 41.2 g [炭水化物] 244.2 g [塩分] 7.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1748 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 47.0 g [炭水化物] 241.5 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1613 kcal [タンパク質] 68.4 g [脂質] 44.9 g [炭水化物] 248.2 g [塩分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1686 kcal [タンパク質] 63.8 g [脂質] 47.0 g [炭水化物] 249.6 g [塩分] 6.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1624 kcal [タンパク質] 61.6 g [脂質] 36.7 g [炭水化物] 233.5 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1684 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂質] 47.9 g [炭水化物] 242.5 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1684 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 38.2 g [炭水化物] 261.6 g [塩分] 6.5 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。



シダックスフードサービス株式会社



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年12月31日(日) ~ 2024年01月06日(土)

	12月31日(日)	1月1日(月)	1月2日(火)	1月3日(水)	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉の生姜炒め ○赤かっぱ ○味噌汁(大根・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○小豆粥 ○バナナ(100g) ○かきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根と豚肉の炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁(かぶ・にら) 	<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・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○冬瓜のかにかま煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(茄子・揚げ) 	<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(小松菜/かぶ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カブのそぼろ煮 ○赤かっぱ ○すまし汁
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"> ○年越しそば ○アロカリの和風サラダ ○ストロベリームース 	<ul style="list-style-type: none"> ○桜寿司 ○赤魚の照り焼き ○えび煮・伊達巻・蒲鉾 ○御煮しめ ○お雑煮 ○陽だまりわたようかん 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○天ぶらの盛り合わせ ○卵の花 ○オレンジムース ○味噌汁(わかめ・玉葱) 	<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 ○シヤムヨーグルト(アンス) ○すまし汁(とろろ昆布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ちらし寿司 ○筑前煮 ○すまし汁(手鞠麩/三葉) ○フルーツカクテル 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の味噌煮 ○パンプキンサラダ ○オレンジムース ○すまし汁(素麺・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢 ○大豆とひじきの煮物 ○シヤムヨーグルト(いちご) ○味噌汁(キャベツ/玉葱)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○プチシュークリーム ○アップルティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○バウムクーヘン ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○和菓子 ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○チーズ蒸しケーキ ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○干支まんじゅう ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○エクレア ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ムーンライトクッキー ○レモンティー
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鮭の粕漬け焼き ○ポテトサラダ ○つぼ漬け ○すまし汁(花麩・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉の時雨煮 ○ねぎとろ ○黒豆 ○味噌汁(舞茸・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚のトマト煮 ○ホトと茸のバター醤油煮 ○桜大根 ○味噌汁(もやし・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈の竜田焼き ○薩摩芋と椎茸バターソテー ○青かっぱ ○味噌汁(かぶ・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○たらの幽庵焼き ○ジャーマンポテト ○赤かっぱ ○味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉おろしポン酢炒め ○ごぼうの金平 ○つぼ漬け ○味噌汁(舞茸・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○野菜たっぷり水餃子 ○菜の花のサラダ ○納豆 ○味噌汁(茄子・エノ)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1717 kcal [タンパク質] 68.5 g [脂質] 57.5 g [炭水化物] 214.4 g [塩分] 7.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1620 kcal [タンパク質] 74.7 g [脂質] 37.2 g [炭水化物] 263.7 g [塩分] 6.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1593 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 42.4 g [炭水化物] 240.0 g [塩分] 7.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1618 kcal [タンパク質] 65.5 g [脂質] 36.9 g [炭水化物] 252.0 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1611 kcal [タンパク質] 70.7 g [脂質] 33.9 g [炭水化物] 246.4 g [塩分] 7.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1698 kcal [タンパク質] 66.0 g [脂質] 53.1 g [炭水化物] 234.1 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1556 kcal [タンパク質] 66.1 g [脂質] 37.1 g [炭水化物] 252.3 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。



シダックスフードサービス株式会社