



週間予定献立表 (常食)



期間： 2024年03月31日(日) ~ 2024年04月06日(土)

	3月31日(日)	4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびと野菜の中華煮 ○青かっぱ ○味噌汁(白菜・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○中華粥 ○肉団子とじゃが芋煮 ○青かっぱ ○味噌汁(大根・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○野菜と豚肉のクリーム煮 ○*イチゴジャム ○コンソメスープ(玉葱・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○アスパラとソーセージのソテー ○しば漬け ○味噌汁(里芋・小松菜) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○スクランブルエッグ ○青かっぱ ○味噌汁(えのき・若布) 	<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(小松菜/クルト)
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 ○鶏のマヨネーズ焼き ○ブロッコリーとキャベツのソテー ○オレンジムース ○すまし汁(白麩・さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の梅だれ焼き ○卵の花 ○ジャムとアップル(りんご) ○味噌汁(小松菜・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○カレイの柚子味噌煮 ○茸と隠元のとろろ和え ○メロンムース ○すまし汁(印パケ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○チキンカツ ○南瓜の煮付けカニあん ○バナナ ○味噌汁(花麩・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○鶏とごぼうご飯 ○白身魚の若草焼き ○菜の花の竹の子和え ○和菓子 ○あさりのお吸い物 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉のレモンソース ○キャベツのドレッシング和え ○ストロベリームース ○味噌汁(油揚げ・もやし) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ナポリタン ○中華サラダ ○パイナップル ○コンソメスープ(コーン/絹糸)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○ばかうけ ○乳酸菌ウォーター 	<ul style="list-style-type: none"> ○コーヒーゼリー ○麦茶 	<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"> ○よもぎまんじゅう ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○カステラ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ミニクリームパン ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○クリームコンフェ ○麦茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の照り焼き ○揚げ茄子の煮びたし ○しば漬け ○味噌汁(もやし・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の山椒焼き ○キャベツと胡瓜の酢の物 ○ふりかけ ○味噌汁(若布・庄内麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ハンバーグキャベツソース ○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 ○鮎の粕漬焼き ○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 ○八宝菜 ○里芋サラダ ○ふりかけ ○味噌汁(冬瓜・絹糸) 	<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 ○しば漬け ○味噌汁(じゃが・青葱) 	<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 ○たくあん ○すまし汁(豆腐/三つ葉)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1493 kcal [タンパク質] 66.5 g [脂質] 33.9 g [炭水化物] 235.4 g [塩分] 6.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1546 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 43.5 g [炭水化物] 215.2 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1609 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂質] 36.5 g [炭水化物] 252.0 g [塩分] 7.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1667 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂質] 36.3 g [炭水化物] 264.6 g [塩分] 7.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1721 kcal [タンパク質] 70.5 g [脂質] 53.3 g [炭水化物] 246.3 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1749 kcal [タンパク質] 63.2 g [脂質] 42.2 g [炭水化物] 247.4 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1569 kcal [タンパク質] 59.1 g [脂質] 47.9 g [炭水化物] 220.2 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： 2024年04月07日(日) ~ 2024年04月13日(土)

	4月7日(日)	4月8日(月)	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)
朝	○ご飯 ○鶏肉と野菜の旨塩煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(南瓜・玉葱)	○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(里芋・貝割れ)	○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)	○ご飯 ○豚肉の塩炒め ○たくあん ○味噌汁(さつま芋/長葱)	○ゆかり粥 ○冬瓜と高野豆腐の煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(舞茸・貝割れ)	○ロールパン ○ウインナーのケチャップ炒め ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(シジ/カトル)	○ご飯 ○大根と豚肉の炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁
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 ○ヒレカツ&ポテトコロッケ ○和食仲のごまドレ和え ○ピーチムース ○コンソメスープ(椎茸・パセリ)	○キーマカレー ○胡瓜とわかめの酢の物 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(和・三つ葉)	○ご飯 ○鮭の粕漬け焼き ○ごぼうの金平 ○バナナ ○味噌汁(舞茸・青葱)	○ご飯 ○えびクリームシチュー ○コールスローサラダ ○黄桃缶 ○トマトスープ	○肉うどん P ○ブロッコリーの和風サラダ ○アップルムース	○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○アスパラと菜の花のサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○コーンスープ	○ご飯 ○カニ玉 ○卵の花 ○オレンジムース ○味噌汁(わかめ・玉葱)
食	○ソフトサラダせんべい ○アップルティー	○ドームケーキ(チョコ) ○玄米茶	○マスカットゼリー ○麦茶	○プチシュークリーム ○レモネード	○どら焼き ○煎茶	○ロールケーキ ○麦茶	○チーズ OR チョコ蒸しケーキ ○玄米茶
夕	○ご飯 ○鯖の塩焼き ○ひじきの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(白菜・長葱)	○ご飯 ○ホキの五目あんかけ ○さつま芋のレモン煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(パンパン/青葱)	○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)	○ご飯 ○鶏の照り焼き ○マスタードカワワー ○赤かっぱ ○味噌汁(小松菜・玉葱)	○ご飯 ○カレイの利休焼き ○ポテトサラダ ○桜大根 ○すまし汁(花麩・三葉)	○ご飯 ○麻婆茄子 ○ツナひじきサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(じゃが・青葱)	○ご飯 ○白身魚のトマト煮 ○茄子のおろしポン酢 ○ふりかけ ○味噌汁(もやし・隠元)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1698 kcal [タンパク質] 68.5 g [脂質] 53.9 g [炭水化物] 237.9 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1666 kcal [タンパク質] 58.0 g [脂質] 37.6 g [炭水化物] 261.0 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 60.8 g [脂質] 34.9 g [炭水化物] 223.1 g [塩分] 6.2 g	[エネルギー] 1697 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂質] 49.5 g [炭水化物] 246.9 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂質] 59.8 g [炭水化物] 207.1 g [塩分] 8.0 g	[エネルギー] 1663 kcal [タンパク質] 59.5 g [脂質] 52.5 g [炭水化物] 237.6 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1587 kcal [タンパク質] 55.0 g [脂質] 47.3 g [炭水化物] 236.9 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： 2024年04月14日 (日) ~ 2024年04月20日 (土)

	4月14日 (日)	4月15日 (月)	4月16日 (火)	4月17日 (水)	4月18日 (木)	4月19日 (金)	4月20日 (土)
朝	○ご飯 ○キャベツと竹輪の炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁 (モロ・玉葱)	○ご飯 ○冬瓜のかにかま煮 ○つぼ漬け ○味噌汁 (茄子・揚げ)	○食パン ○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 (マッシュ/小松菜)	○ご飯 ○カワカワのそぼろ煮 ○赤かっぱ ○すまし汁	○ご飯 ○肉団子と野菜の煮物 ○たくあん ○味噌汁 (もやし・長葱)	○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)	○ご飯 ○がんもとふきの煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁 (じゃが・貝割)
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 ○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(アンス) ○すまし汁 (とろろ昆布)	○中華丼 ○アスパラとひげのサラダ ○すまし汁 (白麩・三葉) ○パイナップル	○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)	○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢 ○大豆とひじきの煮物 ○ジャムヨーグルト(いちご) ○味噌汁 (キャベツ/玉葱)	○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)	○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 (ネリウツウ・葱)	○ご飯 ○白身魚とエリンギ オロオロス ○空豆と玉子のサラダ ○黄桃缶 ○すまし汁 (蒲鉾・青葱)
食	○カルシウムせん ○レモンティー	○和風パイ ○煎茶	○エクレア ○玄米茶	○ムーンライトクッキー ○アップルティー	○プリン ○麦茶	○ミニあんパン ○玄米茶	○バウムクーヘン ○麦茶
夕	○ご飯 ○鯖の竜田焼き ○薩摩芋と椎茸のソテー ○赤かっぱ ○味噌汁 (かぶ・青葱)	○ご飯 ○たらの幽庵焼き ○ジャーマンポテト ○赤かっぱ ○味噌汁 (モツ・庄内麩)	○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○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 ○菜の花のサラダ ○納豆 ○味噌汁 (茄子・エノ)	○ご飯 ○カレーの五目あんかけ ○さつま芋のいとこ煮 ○しば漬け ○すまし汁 (かぶ・絹さや)	○ご飯 ○豚肉おろしホシ酢炒め ○菜の花の辛子和え ○つぼ漬け ○味噌汁 (わかめ・油揚げ)	○ご飯 ○牛肉のチャブチエ ○南瓜ときこのミル煮 ○たくあん ○味噌汁 (小松菜・葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 32.6 g [炭水化物] 259.0 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1569 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂質] 38.1 g [炭水化物] 240.6 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1657 kcal [タンパク質] 63.9 g [脂質] 52.8 g [炭水化物] 226.3 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1556 kcal [タンパク質] 64.6 g [脂質] 37.1 g [炭水化物] 253.6 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1601 kcal [タンパク質] 64.7 g [脂質] 37.1 g [炭水化物] 244.5 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1700 kcal [タンパク質] 69.3 g [脂質] 43.2 g [炭水化物] 260.0 g [塩分] 6.9 g	[エネルギー] 1605 kcal [タンパク質] 66.5 g [脂質] 48.2 g [炭水化物] 244.1 g [塩分] 7.4 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： 2024年04月21日(日) ~ 2024年04月27日(土)

	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○菜飯粥 ○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"> ○ご飯 ○アスパラとツのソテー ○つぼ漬け ○味噌汁(油揚げ・もやし) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○さつま揚げの炒め煮 ○しば漬け ○味噌汁(大根・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(キャベツ/白玉麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○チキンボールのコンソメ煮 ○*マーマレードジャム ○ミルクスープ(小松菜・エキ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○かぶのかにかま煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(もやし/白玉麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○チリコンカン ○*りんごジャム ○コンソメスープ(MIX/パセリ)
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	<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・エキ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○豚の梅ごま焼き ○胡瓜と竹輪の炒め和え ○オレンジジュース ○中華スープ(若布・エキ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○宮崎名物 チキン南蛮 ○宮崎名物 煮しめ ○ジャムヨーグルト(りんご) ○宮崎名物 ざぶ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ○ミートソースパゲティ ○ほうれん草の山葵和え ○ぶどうムース ○すまし汁(椎茸・ミツバ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の幽庵焼き ○お芋とじゃこの炒め物 ○パイナップル ○味噌汁(玉葱・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○ぼたぼた焼き ○カフェオレ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ワッフル ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○たいやき ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールケーキ(苺) ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○スナック菓子 ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○抹茶ゼリー(ホイップ) ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ソフトクレープ ○玄米茶
夕	<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(さつま芋/長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびと豆腐チャンプル ○さつま芋のそぼろあん ○たくあん ○味噌汁(納豆/玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の甘酢だれ ○切干大根煮 ○青かっぱ ○味噌汁(花麩・玉葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1589 kcal [タンパク質] 59.8 g [脂質] 43.9 g [炭水化物] 233.2 g [塩分] 7.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1711 kcal [タンパク質] 66.8 g [脂質] 49.6 g [炭水化物] 235.3 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1646 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂質] 37.1 g [炭水化物] 262.4 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1614 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂質] 52.2 g [炭水化物] 224.5 g [塩分] 7.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1618 kcal [タンパク質] 69.1 g [脂質] 43.2 g [炭水化物] 241.9 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1606 kcal [タンパク質] 56.2 g [脂質] 45.1 g [炭水化物] 231.1 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1571 kcal [タンパク質] 66.2 g [脂質] 34.1 g [炭水化物] 228.7 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。



週間予定献立表 (常食)



期間： 2024年04月28日(日) ~ 2024年05月04日(土)

	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)
朝	○ご飯 ○高野と椎茸の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(キャベツ/にら)	○ロールパン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(白菜/パセリ)	○ご飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜しめじ)	○卵粥 ○がんも煮 ○桜大根 ○味噌汁(モロ・玉葱)	○ご飯 ○車麩とふきの煮物 ○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)	○ご飯 ○三色いなり煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(小松菜・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 ○牛肉とピーマンの炒め ○ピーナッツ和え ○バナナ ○すまし汁(小松・青葱)	○ご飯 ○家常豆腐 ○印パヤとオクラのお浸し ○ストロベリームース ○味噌汁(玉葱・庄内麩)	○ご飯 ○林のムニエル レモンソース ○アスパラと菜の花のサラダ ○ジャムロール(りんご) ○コーンスープ	○ご飯 ○海老かき・クリームコロッケ ○切干大根のサラダ ○レアチーズムース ○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 ○パンプキンポタージュ	○ハヤシライス ○春雨サラダ ○ジャムロール(いちご) ○コンソメスープ(かぶ・椎茸)	○ご飯 ○ヤンニョムチキン ○フロッピーとキャベツのサラダ ○ぶどうムース ○わかめスープ
食	○ハッピーターン ○アップルティー	○チョコババロア ○麦茶	○ソフトドーナッツ ○玄米茶	○せんべい 雪の宿 ○レモネード	○人形焼き ○煎茶	○クリームコンフェ ○玄米茶	○黒糖まんじゅう ○麦茶
夕	○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 ○納豆 ○味噌汁(エノ・貝割)	○ご飯 ○鰯のごまだれ焼き ○胡瓜とわかめの酢の物 ○たくあん ○すまし汁(かぶ・絹さや)	○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(はんぺん/青葱)	○ご飯 ○鮭の粕漬焼き ○ひじきれんこん ○しば漬け ○味噌汁(舞茸・青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1636 kcal [タンパク質] 69.6 g [脂質] 47.5 g [炭水化物] 238.4 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1746 kcal [タンパク質] 68.2 g [脂質] 58.0 g [炭水化物] 240.3 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1572 kcal [タンパク質] 55.9 g [脂質] 39.6 g [炭水化物] 238.1 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1671 kcal [タンパク質] 63.9 g [脂質] 50.9 g [炭水化物] 226.5 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1567 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂質] 40.8 g [炭水化物] 229.9 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1690 kcal [タンパク質] 58.3 g [脂質] 41.8 g [炭水化物] 256.1 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1595 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂質] 35.7 g [炭水化物] 237.7 g [塩分] 6.6 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。