

デイ 予定献立表

		令和06年01月07日(日)	令和06年01月08日(月)	令和06年01月09日(火)	令和06年01月10日(水)	令和06年01月11日(木)	令和06年01月12日(金)	令和06年01月13日(土)
昼		ごはん	ごはん	海鮮かき揚げ丼	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
		豚肉の中華炒め	たら和風ムニエル	白菜のゆず和え	ほっけのバター醤油焼き	牛肉の韓国風炒め	白身魚のトマトソースかけ	
		B: 白身魚の野菜あんかけ	B: 鶏肉のマヨ焼き	フルーツ缶(みかん)	B: ハンバーグ	B: たら和風バター醤油蒸し	B: チキンカツ	
		ブロッコリーのかにあんかけ	小松菜とえのきの和え物	お吸物(はんぺん・貝割れ)	かぶと油揚げの含め煮	ごぼうの炒り煮	えびとキャベツのソテー	
		フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(黄桃)		フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(黄桃)	
		中華スープ(春雨・貝割れ)	みそ汁(もやし・油揚げ)		みそ汁(じゃが芋・大根葉)	みそ汁(卵・貝割れ)	コンソメスープ(玉葱・コーン)	
15時		マドレーヌ	サイダーゼリー	練りきり 	おしるこ 	ロールケーキ	杏仁豆腐 	
		牛乳	牛乳	緑茶	牛乳	カフェオレ	牛乳 	
栄養量		I補キ - kcal	I補キ - 661kcal	I補キ - 500kcal	I補キ - 463kcal	I補キ - 610kcal	I補キ - 719kcal	I補キ - 572kcal
		蛋白質 g	蛋白質 25.4g	蛋白質 23.3g	蛋白質 16.1g	蛋白質 23.9g	蛋白質 33.9g	蛋白質 24.8g
		脂質 g	脂質 27.2g	脂質 11.8g	脂質 9.8g	脂質 15.2g	脂質 26.5g	脂質 19.1g
		炭水化物 g	炭水化物 86.7g	炭水化物 80.4g	炭水化物 81.5g	炭水化物 99.5g	炭水化物 93.6g	炭水化物 80.6g
		食塩相当 g	食塩相当 3g	食塩相当 2.2g	食塩相当 2g	食塩相当 2.3g	食塩相当 3g	食塩相当 2.2g
軟菜食		ごはん	ごはん	かき揚げ丼	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
		豚肉の中華炒め	たら和風ムニエル	白菜のゆず和え	ほっけのバター醤油焼き	牛肉の韓国風炒め	白身魚のトマトソースかけ	
		ブロッコリーのかにあんかけ	小松菜の和え物	フルーツ缶(みかん)	かぶの含め煮	冬瓜の炒り煮	キャベツのソテー	
		フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(黄桃)	お吸物(はんぺん・貝割れ)	フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(黄桃)	
		中華スープ(春雨・貝割れ)	みそ汁(もやし・油揚げ)		みそ汁(じゃが芋・大根葉)	みそ汁(卵・貝割れ)	コンソメスープ(玉葱・コーン)	
ソフト食		全粥	全粥	全粥 	全粥	全粥	全粥	
		豚肉の中華炒め	白身魚の梅肉焼き	海老の天ぷら	さわらのバター醤油焼き	牛肉の香味ソースかけ	白身魚のトマトソースかけ	
		金平ごぼう	キャベツの和え物	白菜のゆず和え	青菜のごまだれ和え	じゃが芋の煮物	キャベツのソテー	
		のり佃煮	のり佃煮	のり佃煮	のり佃煮	うめびしお	のり佃煮	
		パインゼリー	ヨーグルト	オレンジゼリー	パインゼリー	青りんごゼリー	ピーチゼリー	
		中華スープ	みそ汁	お吸物	みそ汁	みそ汁	コンソメスープ	

※材料仕入の都合により多少メニューが変更されることがありますので、あらかじめご了承下さい。