



常食予定献立表

	令和06年03月24日(日)	令和06年03月25日(月)	令和06年03月26日(火)	令和06年03月27日(水)	令和06年03月28日(木)	令和06年03月29日(金)	令和06年03月30日(土)
朝	ごはん	ごはん	ごはん	バターロール	ごはん	ごはん	ごはん
	じゃが芋とツナの炒め物	納豆	和風包み焼き	ジャム	肉詰めいなりの煮物	厚揚げの甘辛煮	ミートボール
	卵豆腐	大根の炒り煮	なすの和風和え	チキンオムレツ	キャベツとしらすの生姜和え	オクラの和風サラダ	大根の柚子風味和え
	みそ汁(しろな・若布)	みそ汁(もやし・水菜)	みそ汁(白菜・椎茸)	青菜のサラダ	みそ汁(うまい菜・玉葱)	みそ汁(青梗菜・えのき)	みそ汁(きぬさや・うすまき麩)
			コンソメスープ(小松菜・人参)				
昼	ごはん	ビーフカレー	ごはん	ごはん	ごはん	寿司盛り合わせ	ごはん
	ホキの七味焼き	キャベツのソテー	ぶりの柚庵焼き	豚肉のしぐれ煮	あじのポン酢焼き	茶碗蒸し	照り焼きハバーグの外側のせ
	大根のそぼろ煮	ヨーグルト	冬瓜のくず煮	大根と竹輪の旨煮	白菜の磯マヨ和え	和梨ゼリー	ブロッコリーとかぼちゃのサラダ
	フルーツ缶(黄桃)	コンソメスープ(白菜・コーン)	フルーツ缶(白桃)	フルーツ缶(りんご)	ヨーグルト	お吸い物(野菜つみれ・貝割れ)	フルーツ缶(洋梨)
	みそ汁(玉葱・かぶの葉)		お吸い物(うすまき麩・貝割れ)	みそ汁(じゃが芋・しめじ)	みそ汁(うすまき麩・葱)		コンソメスープ(玉葱・コーン)
15時	フルーツ(バナナ) 牛乳	カスタードケーキ 牛乳	レアチーズムース ココア	ヨーグルトババロア 牛乳	そば饅頭 牛乳	カフェオレゼリー 牛乳	いちごカステラ 牛乳
夕	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	チキンカツ	かれのい山椒煮	肉みそ葱豆腐	白身魚のマヨネーズ焼き	ふくさ焼き	鶏肉のチーズ焼き	たらの煮付け
	ブロッコリーのマヨサラダ	ほうれん草の磯和え	ポテトサラダ	いんげんのくるみ和え	さつま芋の煮物	里芋の煮っころがし	いんげんとひじきの和え物
	フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(洋梨)	フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ(バナナ)	フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(みかん)	フルーツ缶(黄桃)
	コーンスープ	みそ汁(玉葱・大根葉)	お吸物(とろろ・オクラ)	みそ汁(もやし・油揚げ)	お吸い物(冬瓜・貝割れ)	みそ汁(大根・大根葉)	みそ汁(若布・油揚げ)
栄養量	1人分 - 1389kcal	1人分 - 1503kcal	1人分 - 1452kcal	1人分 - 1429kcal	1人分 - 1360kcal	1人分 - 1554kcal	1人分 - 1544kcal
	蛋白質 55.8g	蛋白質 62.9g	蛋白質 56.5g	蛋白質 59.3g	蛋白質 62g	蛋白質 79g	蛋白質 57.2g
	脂質 38.8g	脂質 44.5g	脂質 45.6g	脂質 46.7g	脂質 26.3g	脂質 40.6g	脂質 46.9g
	炭水化物 212.9g	炭水化物 221.5g	炭水化物 213.4g	炭水化物 199.9g	炭水化物 225.6g	炭水化物 229.6g	炭水化物 229.9g
	食塩相当 6.9g	食塩相当 8.1g	食塩相当 6.5g	食塩相当 7.2g	食塩相当 7.4g	食塩相当 8.4g	食塩相当 8g

※牛乳はたんぱく質強化の牛乳(乳飲料)です。

※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。