



デイ 予定献立表

		令和06年07月28日(日)	令和06年07月29日(月)	令和06年07月30日(火)	令和06年07月31日(水)	令和06年08月01日(木)	令和06年08月02日(金)	令和06年08月03日(土)
昼		ごはん	夏スタミナ丼	(冷)豚しゃぶおろしそば	赤飯	ごはん	ごはん	
		A: 白身魚のトマトソースかけ	アスパラサラダ	貝	A:ホキの蒲焼き	A:牛肉ブルコギ炒め	A:メヌケの照り焼き	
		B: チキンカツ	季節の果物(赤・黄すいか)	卵の花	B: 鶏肉の生姜炒め	B: さばの山椒焼き	B: 鶏肉の山椒焼き	
		ブロッコリーのシーザーサラダ	お吸物(素麺・大根葉)	白菜の塩昆布和え	れんこんの炒り煮	アスパラサラダ	肉じゃが	
		フルーツ缶(黄桃)		ビタミンゼリー	フルーツ缶(白桃)	フルーツ缶(みかん)	フルーツ缶(りんご)	
コンソメスープ(玉葱・コーン)			みそ汁(大根・油揚げ)	中華スープ(青梗菜・人参)	みそ汁(うまい菜・椎茸)			
15時		味噌饅頭	いちごカステラ	ヨーグルトババロア	黒糖饅頭	いちごババロア	蒸しパン(いちご)	
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ミルクティー	
栄養量		I補給 - kcal	I補給 - 524kcal	I補給 - 748kcal	I補給 - 619kcal	I補給 - 576kcal	I補給 - 675kcal	I補給 - 662kcal
		蛋白質 g	蛋白質 26.5g	蛋白質 27.4g	蛋白質 29.2g	蛋白質 27.1g	蛋白質 32.7g	蛋白質 30.5g
		脂質 g	脂質 8.6g	脂質 27.2g	脂質 19g	脂質 7.3g	脂質 25.1g	脂質 16.9g
		炭水化物 g	炭水化物 90g	炭水化物 101g	炭水化物 86.3g	炭水化物 102.4g	炭水化物 87g	炭水化物 99.8g
		食塩相当 g	食塩相当 2.3g	食塩相当 2.2g	食塩相当 2.2g	食塩相当 3.4g	食塩相当 2.1g	食塩相当 2.6g
軟菜食		ごはん	夏スタミナ丼	(冷)豚しゃぶおろしそば	赤飯	ごはん	ごはん	
		白身魚のトマトソースかけ	カリフラワーサラダ	貝	ホキの蒲焼き	牛肉ブルコギ炒め	メヌケの照り焼き	
		ブロッコリーのシーザーサラダ	季節の果物(赤・黄すいか)	卵の花	かぶの炒り煮	ブロッコリーサラダ	じゃが芋の煮物	
		フルーツ缶(黄桃)	お吸物(素麺・大根葉)	白菜の和え物	フルーツ缶(白桃)	フルーツ缶(みかん)	フルーツ缶(りんご)	
		コンソメスープ(玉葱・コーン)		ビタミンゼリー	みそ汁(大根・油揚げ)	中華スープ(青梗菜・人参)	みそ汁(うまい菜・椎茸)	
ソフト食		全粥	全粥	全粥	全粥	全粥	全粥	
		白身魚のトマトソースかけ	豚肉のソテー	えび入りしんじょう	ぶりの蒲焼き	牛肉ブルコギ炒め	さわらの照り焼き	
		ブロッコリーのシーザーサラダ	なすの含め煮	なすの和え物	白菜の煮浸し	アスパラサラダ	いんげんのごま和え	
		うめびしお	うめびしお	のり佃煮	うめびしお	のり佃煮	うめびしお	
		ピーチゼリー	マスカットゼリー	ビタミンゼリー	ピーチゼリー	オレンジゼリー	青りんごゼリー	
コンソメスープ	お吸い物	みそ汁	みそ汁	中華スープ	みそ汁			

※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。