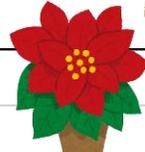


デイ 予定献立表

		令和06年12月15日(日)	令和06年12月16日(月)	令和06年12月17日(火)	令和06年12月18日(水)	令和06年12月19日(木)	令和06年12月20日(金)	令和06年12月21日(土)
昼		ごはん	ごはん	海老ピラフ	ごはん	ごはん	きつねうどん	ごはん
		豚肉のにんにく醤油炒め	豚肉のにんにく醤油炒め	コーンコロッケ	たらのムニエル	銀だらの甘辛煮	かぼちゃのそぼろあん	ハッシュドビーフ
		B:バサのピザ風焼き	B:バサのピザ風焼き	野菜サラダ	B:チキンハーブ焼き	B:ロケット・フライ・コロッケ	ブロッコリーのピナツ和え	B:たらのオムライスがけ
		かぼちゃの甘煮	かぼちゃの甘煮	ピーチゼリー	小松菜とえのきの和え物	白菜の煮浸し	フルーツ缶(白桃)	シーザーサラダ
		フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(マンゴー)	コンソメスープ(しめじ・人参)	フルーツ缶(りんご)	ヨーグルト	菜めしおにぎり	季節の果物(いちご)
みそ汁(うずまさ麩・貝割れ)	みそ汁(うずまさ麩・貝割れ)		みそ汁(青菜・うずまさ麩)	みそ汁(卵・葱)		コンソメスープ(ほうれん草・コシ)		
15時		チョコババロア	チョコババロア	かすてら饅頭	抹茶ゼリー	バニラババロア	おやつ(きみしぐれ)	レモンケーキ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	抹茶オレ	牛乳
栄養量	I補給 - kcal		I補給 - 671kcal	I補給 - 624kcal	I補給 - 485kcal	I補給 - 619kcal	I補給 - 594kcal	I補給 - 615kcal
	蛋白質 g		蛋白質 27.2g	蛋白質 19.4g	蛋白質 24.7g	蛋白質 28.5g	蛋白質 23.8g	蛋白質 28.1g
	脂質 g		脂質 22.3g	脂質 14.9g	脂質 6.7g	脂質 20.9g	脂質 7.3g	脂質 21.2g
	炭水化物 g		炭水化物 95.6g	炭水化物 105.9g	炭水化物 84.7g	炭水化物 83.1g	炭水化物 111.5g	炭水化物 84.7g
	食塩相当 g		食塩相当 2.3g	食塩相当 3.5g	食塩相当 2.4g	食塩相当 2.5g	食塩相当 2.9g	食塩相当 3.6g
軟菜食		ごはん	ごはん	海老ピラフ	ごはん	ごはん	つみれうどん	ごはん
		豚肉のにんにく醤油炒め	豚肉のにんにく醤油炒め	ポークソテー	たらのムニエル	銀だらの甘辛煮	かぼちゃのそぼろあん	ハッシュドビーフ
		かぼちゃの甘煮	かぼちゃの甘煮	野菜サラダ	小松菜の和え物	白菜の煮浸し	ブロッコリーのピナツ和え	シーザーサラダ
		フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(マンゴー)	ピーチゼリー	フルーツ缶(りんご)	ヨーグルト	フルーツ缶(白桃)	季節の果物(いちご)
		みそ汁(うずまさ麩・貝割れ)	みそ汁(うずまさ麩・貝割れ)	コンソメスープ(しめじ・人参)	みそ汁(青菜・うずまさ麩)	みそ汁(卵・葱)		コンソメスープ(ほうれん草・コシ)
ソフト食		全粥	全粥	全粥	全粥	全粥	全粥	全粥
		豚肉のにんにく醤油炒め	豚肉のにんにく醤油炒め	ポークソテー	赤魚のみりん焼き	白身魚の照り焼き	赤魚のあんかけ	ハッシュドビーフ
		かぼちゃの含め煮	かぼちゃの含め煮	キャベツサラダ	ブロッコリーの和え物	白菜の煮浸し	大根の煮物	シーザーサラダ
		のり佃煮	のり佃煮	うめびしお	のり佃煮	うめびしお	のり佃煮	うめびしお
		パインゼリー	パインゼリー	ピーチゼリー	オレンジゼリー	ヨーグルト	ピーチゼリー	いちごゼリー
みそ汁	みそ汁	コンソメスープ	みそ汁	みそ汁	お吸い物	コンソメスープ		

※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、あらかじめご了承ください。