

デイ 予定献立表

		令和07年01月19日(日)	令和07年01月20日(月)	令和07年01月21日(火)	令和07年01月22日(水)	令和07年01月23日(木)	令和07年01月24日(金)	令和07年01月25日(土)
昼		肉うどん 具)	肉うどん 具)	ごはん A:照り焼きハバ「グ」の外側のせ	高菜チャーハン 焼き餃子	ごはん A:牛肉ブルコギ炒め	ごはん A:ぶり大根	ごはん A:白身魚の柚庵焼き
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわの磯辺揚げ	B:白身魚の野菜あんかけ	棒棒鶏	B:さばの山椒焼き	B:豚肉の香味炒め	B:鶏肉のオムライス焼き
		大根のごま和え	大根のごま和え	ツナポテト	フルーツ缶(マンゴー)	キャベツのナムル	れんこんきんぴら	冬瓜のくず煮
		ヨーグルト	ヨーグルト	フルーツ缶(みかん)	コンソメスープ(もやし・人参)	季節の果物(いちご)	フルーツ缶(洋梨)	フルーツ缶(黄桃)
				ココス「ブ」(ほうれん草・コーン)		中華スープ(青梗菜・人参)	みそ汁(白菜・大根葉)	お吸い物(うずまさ麩・貝割れ)
15時		たいやき	たいやき	カスタードケーキ	ぶどうゼリー	サイダーゼリー	杏仁豆腐	抹茶ムース
		牛乳	牛乳	カフェオレ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
栄養量		I補給 - kcal	I補給 - 724kcal	I補給 - 838kcal	I補給 - 561kcal	I補給 - 580kcal	I補給 - 596kcal	I補給 - 477kcal
		蛋白質 g	蛋白質 26.7g	蛋白質 28.4g	蛋白質 23.1g	蛋白質 31g	蛋白質 28.7g	蛋白質 23.2g
		脂質 g	脂質 30.9g	脂質 34.1g	脂質 12.3g	脂質 16.4g	脂質 17.4g	脂質 9.3g
		炭水化物 g	炭水化物 88g	炭水化物 105.5g	炭水化物 91g	炭水化物 84.7g	炭水化物 88.3g	炭水化物 77.5g
		食塩相当 g	食塩相当 3.4g	食塩相当 3.2g	食塩相当 2.5g	食塩相当 2.5g	食塩相当 2.9g	食塩相当 2.3g
軟菜食		肉うどん 具)	肉うどん 具)	ごはん 照り焼きハバ「グ」の外側のせ	高菜チャーハン 焼き餃子	ごはん 牛肉ブルコギ炒め	ごはん ぶり大根	ごはん 白身魚の柚庵焼き
		とりつみれの磯辺揚げ	とりつみれの磯辺揚げ	ツナポテト	棒棒鶏	キャベツのナムル	さつま芋のきんぴら	冬瓜のくず煮
		大根のごま和え	大根のごま和え	フルーツ缶(みかん)	フルーツ缶(マンゴー)	季節の果物(いちご)	フルーツ缶(洋梨)	フルーツ缶(黄桃)
		ヨーグルト	ヨーグルト	ココス「ブ」(ほうれん草・コーン)	コンソメスープ(もやし・人参)	中華スープ(青梗菜・人参)	みそ汁(白菜・大根葉)	お吸い物(うずまさ麩・貝割れ)
ソフト食		全粥	全粥	全粥	全粥	全粥	全粥	全粥
		すきやき	すきやき	照り焼きハバ「グ」	ぎょうざ	牛肉ブルコギ炒め	ぶりの煮付け	白身魚の柚庵焼き
		大根のマヨ和え	大根のマヨ和え	キャベツのソテー	小松菜のお浸し	キャベツのナムル	れんこんきんぴら	大根のあんかけ
		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	のり佃煮
		ヨーグルト	ヨーグルト	青りんごゼリー	マンゴープリン	いちごゼリー	パインゼリー	ピーチゼリー
		みそ汁	コンソメスープ	コンソメスープ	中華スープ	みそ汁	お吸い物	

※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。