

	令和07年01月12日(日)	令和07年01月13日(月)	令和07年01月14日(火)	令和07年01月15日(水)	令和07年01月16日(木)	令和07年01月17日(金)	令和07年01月18日(土)
昼		ごはん	ごはん	ごはん	ビビンバ丼	ごはん	ごはん
		A:白身魚のトマトソースかけ	A:バサのカレー風味焼き	A:牛肉のゆず醤油炒め	いんげんの和え物	A:豚肉のにんにく醤油炒め	A:たらの甘辛煮
		B:チキンカツ	B:塩豚カルビ	B:めばるのバター醤油蒸し	杏仁豆腐	B:ぶりの漬け焼き	B:牛皿
		えびとキャベツのソテー	カリフラワーの甘酢漬け	ごぼうの炒り煮	中華スープ(キャベツ・若布)	かぼちゃの甘煮	三色和え
		フルーツ缶(黄桃)	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(洋梨)		フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(りんご)
コンソメスープ(玉葱・コーン)	みそ汁(青菜・冬瓜)	みそ汁(卵・貝割れ)		みそ汁(うずまさ麩・貝割れ)	みそ汁(卵・葱)		
15時		抹茶ケーキ	おやつ(きみしぐれ)	ストロベリーケーキ	いちごカステラ	マスカットゼリー	チョコクレープ
		紅茶	抹茶オレ	紅茶	牛乳	牛乳	牛乳
栄養量		I補給 - 586kcal	I補給 - 549kcal	I補給 - 669kcal	I補給 - 671kcal	I補給 - 652kcal	I補給 - 499kcal
		蛋白質 21.2g	蛋白質 25.5g	蛋白質 26.9g	蛋白質 32.1g	蛋白質 25.1g	蛋白質 26.6g
		脂質 20.1g	脂質 9.4g	脂質 24.9g	脂質 19.2g	脂質 20.4g	脂質 10g
		炭水化物 81.7g	炭水化物 93.1g	炭水化物 90.3g	炭水化物 98.1g	炭水化物 96.7g	炭水化物 77.6g
		食塩相当 2.2g	食塩相当 1.8g	食塩相当 2.6g	食塩相当 3.7g	食塩相当 2.2g	食塩相当 2.6g
軟菜食		ごはん	ごはん	ごはん	ビビンバ丼	ごはん	ごはん
		白身魚のトマトソースかけ	バサのカレー風味焼き	牛肉のゆず醤油炒め	いんげんの和え物	豚肉のにんにく醤油炒め	たらの甘辛煮
		キャベツのソテー	カリフラワーの甘酢漬け	ほうれん草の炒り煮	杏仁豆腐	かぼちゃの甘煮	小松菜の和え物
		フルーツ缶(黄桃)	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(洋梨)	中華スープ(キャベツ・若布)	フルーツ缶(マンゴー)	フルーツ缶(りんご)
		コンソメスープ(玉葱・コーン)	みそ汁(青菜・冬瓜)	みそ汁(卵・貝割れ)		みそ汁(うずまさ麩・貝割れ)	みそ汁(卵・葱)
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	さばのみりん焼き	牛肉のゆず醤油炒め	ビビンバ風	豚肉のにんにく醤油炒め	白身魚の照り焼き
		キャベツのソテー	ブロッコリーの和え物	じゃが芋の煮物	いんげんのごま和え	かぼちゃの含め煮	切干大根煮
		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
		ピーチゼリー	青りんごゼリー	オレンジゼリー	杏仁豆腐	パインゼリー	青りんごゼリー
コンソメスープ	みそ汁	みそ汁	中華スープ	みそ汁	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、あらかじめご了承ください。