



	令和07年02月02日(日)	令和07年02月03日(月)	令和07年02月04日(火)	令和07年02月05日(水)	令和07年02月06日(木)	令和07年02月07日(金)	令和07年02月08日(土)
昼		とまとライス	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
		金目鯛と冬野菜の味噌シチュー	A:麻婆豆腐	A:焼き肉	A:鶏肉の香味ソースかけ	A:ぶりのポン酢焼き	A:肉団子の酢豚風炒め
		ほうれん草ジェノベーゼ風ポテト	B:さばの山椒焼き	B:たらのクリームソースかけ	B:めばるのバター醤油蒸し	B:豚肉の甘辛炒め	B:白身魚の野菜あんかけ
		かすてらプディング	キャベツのナムル	ヨーグルト	ごぼうの炒り煮	白菜の磯マヨ和え	かぼちゃの甘煮
			フルーツ缶(白桃)	フルーツ缶(洋梨)	フルーツ缶(白桃)	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(みかん)
15時		練りきり	レモンケーキ	モカサンド	バニラババロア	味噌饅頭	いちごムース
		緑茶	ココア	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
栄養量		I補給 - 689kcal	I補給 - 613kcal	I補給 - 593kcal	I補給 - 656kcal	I補給 - 543kcal	I補給 - 611kcal
		蛋白質 26.6g	蛋白質 26.9g	蛋白質 23.1g	蛋白質 29g	蛋白質 25.5g	蛋白質 20.5g
		脂質 18.8g	脂質 20.3g	脂質 14.7g	脂質 19.1g	脂質 15.1g	脂質 14.7g
		炭水化物 108.3g	炭水化物 84.9g	炭水化物 94.7g	炭水化物 95.7g	炭水化物 82.6g	炭水化物 106.7g
		食塩相当 2.2g	食塩相当 2.8g	食塩相当 1.7g	食塩相当 2.4g	食塩相当 3g	食塩相当 2.9g
軟菜食		とまとライス	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
		金目鯛と冬野菜の味噌シチュー	麻婆豆腐	焼き肉	ごはん	ぶりのポン酢焼き	肉団子の酢豚風炒め
		ほうれん草ジェノベーゼ風ポテト	キャベツのナムル	大根のゆず和え	鶏肉の香味ソースかけ	白菜の磯マヨ和え	ブロッコリーのかにあんかけ
		かすてらプディング	フルーツ缶(白桃)	ヨーグルト	冬瓜の炒り煮	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(みかん)
			中華かき玉汁	みそ汁(もやし・葱)	フルーツ缶(白桃)	みそ汁(うずまさ麩・葱)	中華スープ(春雨・貝割れ)
ソフト食		全粥	全粥	全粥	全粥	全粥	全粥
		白身魚の味噌シチュー	麻婆豆腐	焼き肉	鶏肉の香味ソースかけ	ぶりのポン酢焼き	酢鶏
		ほうれん草ジェノベーゼ風ポテト	キャベツのナムル	大根の和え物	じゃが芋の煮物	白菜の磯マヨ和え	ブロッコリーのあんかけ
		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
		カスタードプリン	オレンジゼリー	ヨーグルト	ピーチゼリー	青りんごゼリー	オレンジゼリー
	中華スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	中華スープ		

※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、あらかじめご了承下さい。