

デイ 予定献立表

	令和07年03月09日(日)	令和07年03月10日(月)	令和07年03月11日(火)	令和07年03月12日(水)	令和07年03月13日(木)	令和07年03月14日(金)	令和07年03月15日(土)
昼		きつねうどん	海老ピラフ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
		かぼちゃのそぼろあん	コーンコロッケ	A:ぶりのポン酢焼き	A:銀だらの甘辛煮	A:牛肉のにんにく醤油炒め	A:豚肉のしぐれ煮
		ブロッコリーのピナッツ和え	野菜サラダ	B:豚肉の甘辛炒め	B:海老マヨ	B:ぶりの漬け焼き	B:たらのパン粉焼き
		フルーツ缶(白桃)	ピーチゼリー	白菜の磯マヨ和え	なすとピーマンの炒め物	かぼちゃの甘煮	白菜の梅おかか和え
		菜めしおにぎり	コンソメスープ(しめじ・人参)	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(みかん)	フルーツ缶(洋梨)	フルーツ缶(白桃)
		みそ汁(うずまき麩・葱)	みそ汁(卵・葱)	みそ汁(白菜・貝割れ)	みそ汁(さつま芋・貝割れ)		
15時		ストロベリーケーキ	かすてら饅頭	抹茶ゼリー	バニラババロア	チョコケーキ	ぶどうゼリー
		紅茶	牛乳	牛乳	抹茶オレ	紅茶	牛乳
栄養量	I補給 - kcal	I補給 - 589kcal	I補給 - 621kcal	I補給 - 541kcal	I補給 - 674kcal	I補給 - 674kcal	I補給 - 565kcal
	蛋白質 g	蛋白質 18.2g	蛋白質 20.1g	蛋白質 24.6g	蛋白質 25.4g	蛋白質 30.9g	蛋白質 22.4g
	脂質 g	脂質 12.7g	脂質 16.4g	脂質 15.6g	脂質 26.8g	脂質 23g	脂質 14.3g
	炭水化物 g	炭水化物 103.5g	炭水化物 101.8g	炭水化物 81.8g	炭水化物 85.9g	炭水化物 92.8g	炭水化物 90.3g
	食塩相当 g	食塩相当 2.9g	食塩相当 3.5g	食塩相当 2.7g	食塩相当 2.3g	食塩相当 2.1g	食塩相当 2.2g
軟菜食			海老ピラフ	ごはん	ごはん		ごはん
			ポークソテー	ぶりのポン酢焼き	銀だらの甘辛煮	ごはん	豚肉のしぐれ煮
		つみれうどん	野菜サラダ	白菜の磯マヨ和え	なすの炒め物	牛肉のにんにく醤油炒め	白菜の梅おかか和え
		かぼちゃのそぼろあん	ピーチゼリー	フルーツ缶(りんご)	フルーツ缶(みかん)	かぼちゃの甘煮	フルーツ缶(白桃)
		ブロッコリーのピナッツ和え	コンソメスープ(しめじ・人参)	みそ汁(うずまき麩・葱)	みそ汁(卵・葱)	フルーツ缶(洋梨)	みそ汁(さつま芋・貝割れ)
				みそ汁(白菜・貝割れ)			
ソフト食		全粥	全粥	全粥	全粥		全粥
		赤魚のあんかけ	ポークソテー	ぶりのポン酢焼き	白身魚の照り焼き	全粥	豚肉のしぐれ煮
		大根の煮物	キャベツサラダ	白菜の磯マヨ和え	なすの炒め物	牛肉のにんにく醤油炒め	白菜の和え物
		のり佃煮	うめびしお	のり佃煮	うめびしお	かぼちゃの含め煮	うめびしお
		ピーチゼリー	ピーチゼリー	青りんごゼリー	いちごゼリー	のり佃煮	ピーチゼリー
		お吸い物	コンソメスープ	みそ汁	みそ汁	オレンジゼリー	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。