

デイ 予定献立表

	令和07年10月19日(日)		令和07年10月20日(月)		令和07年10月21日(火)		令和07年10月22日(水)		令和07年10月23日(木)		令和07年10月24日(金)		令和07年10月25日(土)	
昼			◇豆腐チャンプル定食		◇たらのタルタル焼き定食		◇豚丼定食		◇鮭のソテー・秋味定食		◇ソースやきそばランチ		◇肉団子の甘酢炒め定食	
			御飯		御飯		豚丼		御飯		ソースやきそば		御飯	
			豆腐のチャンプル		たらのタルタル焼き		グリーンサラダ		サモンのソテー きのこソース		唐揚げ		肉団子の甘酢炒め	
			なすの煮浸し		玉ねぎのマリネ		フルーツ缶（黄桃）		ほうれん草と菊花の三杯酢		フルーツ(バナナ)		白菜のゆかり和え	
			フルーツ缶(パイ)		アロハゼリー		のっぺい汁		フルーツ缶(りんご)		ゆかりおにぎり		フルーツ(オレンジ)	
			ワタンスープ		コンソメスープ				野菜を食べるスープ				けんちん汁	
15時			ぶどうゼリー		味噌饅頭		マスカットゼリー		いちごババロア		抹茶どら焼き		カスタードケーキ	
			抹茶ル		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
栄養量	I栄養	kcal	I栄養	650kcal	I栄養	589kcal	I栄養	567kcal	I栄養	550kcal	I栄養	751kcal	I栄養	653kcal
	蛋白質	g	蛋白質	23.9g	蛋白質	25.4g	蛋白質	25.5g	蛋白質	29.6g	蛋白質	30.5g	蛋白質	21.2g
	脂質	g	脂質	21.7g	脂質	17.9g	脂質	16.2g	脂質	12.6g	脂質	24.6g	脂質	20.1g
	炭水化物	g	炭水化物	91.5g	炭水化物	83.8g	炭水化物	81.4g	炭水化物	84g	炭水化物	103.1g	炭水化物	100.3g
	食塩相当	g	食塩相当	2.6g	食塩相当	2.5g	食塩相当	2.1g	食塩相当	2.6g	食塩相当	2.9g	食塩相当	2.8g
軟菜食			◇豆腐チャンプル定食		◇たらのタルタル焼き定食		◇豚丼定食		◇鮭のソテー・秋味定食		◇ソースやきそばランチ		◇肉団子の甘酢炒め定食	
			御飯		御飯		豚丼		御飯		ソースやきそば		御飯	
			豆腐のチャンプル		たらのタルタル焼き		グリーンサラダ～人参ソース		サモンのソテー きのこソース		鶏肉のパン粉焼き		肉団子の甘酢炒め	
			なすの煮浸し		玉ねぎのマリネ		フルーツ缶（黄桃）		ほうれん草と菊花の三杯酢		フルーツ(バナナ)		白菜のゆかり和え	
			おろしパイ		アロハゼリー		のっぺい汁		フルーツ缶(りんご)				オレンジゼリー	
					コンソメスープ				野菜を食べるスープ				けんちん汁	
ソフト食			全粥		全粥		全粥		全粥		全粥		全粥	
			炒り豆腐		カキマリの煮付け		豚肉の生姜焼き		銀鮭の塩焼き		鶏の唐揚げ		八宝菜	
			&いんげんのごま和え		&金平ごぼう		&グリーン炒め		&ほうれん草のバター炒め		&小松菜の煮びたし		&ほうれん草	
			おろしパイ		アロハゼリー		ピーチゼリー		リンゴゼリー		おろしバナナ		オレンジゼリー	
			中華スープ		コンソメスープ		すまし汁		すまし汁		のり佃煮		すまし汁	

※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、あらかじめご了承下さい。