

デイ 予定献立表

	令和08年01月25日(日)		令和08年01月26日(月)		令和08年01月27日(火)		令和08年01月28日(水)		令和08年01月29日(木)		令和08年01月30日(金)		令和08年01月31日(土)	
昼			◇サーモンのタルタル焼き定食		◇回鍋肉セット		◇THE・定番！ポークカレー		◇かきたまうどん定食		◇本格！麻婆豆腐定食		◇旅するランチ(宮崎)	
			御飯		御飯		カレーライス		かきたまうどん		御飯		御飯	
			サーモンのタルタル焼き		回鍋肉		蒸し鶏のサラダ		ちくわの磯辺揚げ		麻婆豆腐		チキン南蛮	
			豆サラダ		春巻		ビタミンゼリー		もやしの和え物		焼きビーフン		マカロニサラダ	
			オレンジゼリー		フルーツ缶(りんご)				グレープゼリー		フルーツ缶(パイ)		チョコレート	
			さつま汁		春雨スープ				菜飯おにぎり		ごま油香るカマススープ		パンプキンスープ	
15時			かすてら饅頭		レモンケーキ		どら焼き(抹茶)		モカサンド		チョコババロア		のり塩やわらかおかき	
			牛乳		ミルクティー		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
栄養量	1人分 -	kcal	1人分 -	747kcal	1人分 -	676kcal	1人分 -	728kcal	1人分 -	757kcal	1人分 -	637kcal	1人分 -	717kcal
	蛋白質	g	蛋白質	34.3g	蛋白質	25.8g	蛋白質	22.2g	蛋白質	23.2g	蛋白質	30.3g	蛋白質	23.9g
	脂質	g	脂質	29.6g	脂質	22.8g	脂質	23.2g	脂質	24.8g	脂質	20g	脂質	32.2g
	炭水化物	g	炭水化物	87.9g	炭水化物	93.9g	炭水化物	109.7g	炭水化物	110.7g	炭水化物	85.5g	炭水化物	87.1g
	食塩相当	g	食塩相当	2.3g	食塩相当	2.7g	食塩相当	2.7g	食塩相当	3.8g	食塩相当	3.1g	食塩相当	2.5g
軟菜食			◇サーモンのタルタル焼き定食		◇回鍋肉セット		◇THE・定番！ポークカレー		◇かきたまうどん定食		◇本格！麻婆豆腐定食		◇旅するランチ(宮崎)	
			御飯		御飯		カレーライス		かきたまうどん		御飯		御飯	
			サーモンのタルタル焼き		回鍋肉		蒸し鶏のサラダ		具)		麻婆豆腐		チキン南蛮	
			豆サラダ		海鮮焼売		ビタミンゼリー		とりつみれの磯辺揚げ		焼きビーフン		マカロニサラダ	
			オレンジゼリー		フルーツ缶(りんご)				いんげんの和え物		おろしパイ		チョコレート	
					春雨スープ				グレープゼリー		ごま油香るカマススープ		パンプキンスープ	
ソフト食			全粥		全粥		全粥		全粥		全粥		全粥	
			ぎょうざ		野菜炒め		チキンカレー		さわらの西京焼き		炒り豆腐		鶏の唐揚げ	
			&いんげんのごま和え		&にんじん		&ほうれん草		&小松菜の煮びたし		&かぼちゃ含め煮		&アロママリ炒め	
			オレンジゼリー		リンゴゼリー		のり佃煮		のり佃煮		おろしパイ		チョコレート	
			すまし汁		中華スープ		ビタミンゼリー		グレープゼリー		中華スープ		パンプキンスープ	

※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。