

週間予定献立表 (常食)

期間： 2024年07月07日(日) ~ 2024年07月13日(土)

	7月7日(日)	7月8日(月)	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)
朝	○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(里芋・貝割れ)	○ご飯 ○がんも煮 ○桜大根 ○味噌汁(南瓜・玉葱)	○ご飯 ○里芋と薩摩揚げの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(冬瓜・隠元)	○食パン ○納豆とベーコンのソテー ○*りんごジャム ○ミルクスープ(ジャガ・パセリ)	○菜飯粥 ○三色いなり煮 ○たくあん ○味噌汁(小松菜・玉葱)	○ご飯 ○肉団子とじゃが芋煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(大根・にら)	○ロールパン ○アスパラとソーセージのソテー ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(ジャガ・茸)
食	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼	○セタそうめん ○えびしゅうまい ○ジャムヨーグルト(りんご)	○ご飯 ○鱈の生姜煮 ○卵の花 ○みかん缶 ○味噌汁(若布・貝割)	○ご飯 ○海老炒・南瓜炒め ○アスパラとツナのソテー ○ジャムヨーグルト(いちご) ○トマトスープ(シジ・玉葱)	○ご飯 ○牛皿 ○胡瓜と竹輪の炒め和え ○ぶどうムース ○味噌汁(白麩・揚げ)	○キーマカレー ○コールスローサラダ ○バナナ ○コンソメスープ(カ・マッシュ)	○ご飯 ○鶏肉のトマト煮 ○枝豆入りポテトサラダ ○ジャムヨーグルト(りんご) ○コーンスープ	○麦飯 ○カレイの柚子味噌煮 ○茸と隠元のとろろ和え ○黄桃缶 ○すまし汁(豆腐・青葱)
食	○ムーンライトクッキー ○ミルクココア	○人形焼き ○煎茶	○ソフトドーナッツ ○麦茶	○黒棒名門 ○アップルティー	○レゾゼリー ○麦茶	○ミニクリームパン ○玄米茶	○ドーナツカスタードORチョコ ○麦茶
夕	○ご飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○ひじきの煮物 ○ふりかけ ○すまし汁(小松・青葱)	○ご飯 ○麻婆茄子 ○キャベツの中華ソテー ○たくあん ○中華スープ(ナト/長葱)	○ご飯 ○鯖の梅だれ焼き ○小松菜とシスの煮浸し ○しば漬け ○すまし汁(花麩・三葉)	○ご飯 ○鮭の粕漬け焼き ○南瓜の含め煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・椎茸)	○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○れんこんのおおさ炒め ○しば漬け ○味噌汁(里芋・さや)	○ご飯 ○鯖の山椒焼き ○切干大根煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(茄子・若布)	○ご飯 ○ハンバーグケチャップソース ○さつまいものレモン煮 ○納豆 ○味噌汁(かぶ・三つ葉)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	[エネルギー] 1548 kcal [タンパク質] 59.0 g [脂質] 33.7 g [炭水化物] 241.1 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1545 kcal [タンパク質] 56.0 g [脂質] 32.4 g [炭水化物] 248.8 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1706 kcal [タンパク質] 57.8 g [脂質] 43.2 g [炭水化物] 264.8 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1691 kcal [タンパク質] 61.6 g [脂質] 53.8 g [炭水化物] 233.7 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1567 kcal [タンパク質] 52.4 g [脂質] 47.4 g [炭水化物] 207.4 g [塩分] 7.2 g	[エネルギー] 1723 kcal [タンパク質] 67.5 g [脂質] 43.9 g [炭水化物] 266.6 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1657 kcal [タンパク質] 62.9 g [脂質] 36.0 g [炭水化物] 262.8 g [塩分] 7.6 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (常食)

期間： 2024年07月14日(日) ～ 2024年07月20日(土)

	7月14日(日)	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鶏肉と野菜の旨塩煮 ○青かつぱ ○味噌汁(もやし/小松菜) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(えのき・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○三色稲荷と野菜の煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁(隠元・白麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパンとぶどうパン ○ウインナー野菜ソテー ○*イチゴジャム ○トマトスープ(玉葱・マッシュ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○野菜と豚肉のクリーム煮 ○青かつぱ ○味噌汁(茄子・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○冬瓜と高野豆腐の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(エノキ・大根葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○スクランブルエッグ ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(小松菜/カトシ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○カニ玉 ○キャベツの中華サラダ ○アップルムース ○中華スープ(青梗菜/長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○とうもろこしご飯 ○鶏のバジルソース焼き ○アスパラ入りマッシュポテト ○和菓子 ○味噌汁(モロ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○ホッケの磯焼き ○わかろと長芋の土佐和え ○レアチーズムース ○すまし汁(青梗・椎茸) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ソース焼きそば ○胡瓜とササミのポン酢和え ○パイナップル ○すまし汁(蒲鉾/みつば) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鶏のレモンバターソース ○夏野菜ソテー ○メロンムース ○コンソメスープ(芋/アボカド) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○ホキの五目あんかけ ○もやしと胡瓜の梅和え ○ジャムヨーグルト(いちご) ○味噌汁(白玉麩・大根) 	<ul style="list-style-type: none"> ○中華丼 ○キャベツと竹輪のサラダ ○バナナ ○中華スープ(葱・かま)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○ペパークリームワッフル ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○カステラ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ぼたぼた焼き ○乳酸菌ウオーター 	<ul style="list-style-type: none"> ○今川焼き ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールケーキ(イチゴ) ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○よもぎまんじゅう ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○マンゴープリン ○玄米茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鯖の塩焼き ○菜の花の辛子和え ○しば漬け ○味噌汁(冬瓜・シジ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○タラのマスタード焼き ○じゃが芋と椎茸のソテー ○赤かつぱ ○味噌汁(白菜・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○豚肉の大葉味噌炒め ○揚げ茄子の煮びたし ○桜大根 ○すまし汁(かぶ・貝割れ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○白身魚とエビのオムライス ○お刺身とコーンのナムル ○ふりかけ ○味噌汁(もやし・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鯖の竜田焼き ○白菜とわかめの酢の物 ○たくあん ○味噌汁(花麩・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○肉豆腐 ○里芋サラダ ○赤かつぱ ○すまし汁(半片/青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○シュウマイ盛り合わせ ○菜の花のサラダ ○桜大根 ○味噌汁(もやし・にら)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1573 kcal [タンパク質] 63.7 g [脂質] 44.7 g [炭水化物] 219.6 g [塩分] 7.1 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1551 kcal [タンパク質] 62.3 g [脂質] 35.0 g [炭水化物] 252.6 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1579 kcal [タンパク質] 61.3 g [脂質] 34.4 g [炭水化物] 235.8 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1564 kcal [タンパク質] 63.4 g [脂質] 42.9 g [炭水化物] 232.3 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1567 kcal [タンパク質] 64.1 g [脂質] 41.6 g [炭水化物] 224.9 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1615 kcal [タンパク質] 61.7 g [脂質] 41.5 g [炭水化物] 240.2 g [塩分] 6.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1710 kcal [タンパク質] 55.3 g [脂質] 56.0 g [炭水化物] 221.3 g [塩分] 6.5 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (常食)

期間： 2024年07月21日(日) ～ 2024年07月27日(土)

	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)
朝	○卵粥 ○豚肉の塩炒め ○青かっぱ ○味噌汁(さつま芋/長葱)	○ご 飯 ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○たくあん ○味噌汁(大根葉・杓苳)	○食パン ○ポークビーンズ ○*イチゴジャム ○コンソメスープ(エキ・わかめ)	○ご 飯 ○キャベツとツナソテー ○つぼ漬け ○味噌汁(白玉麩・にら)	○ご 飯 ○がんもと冬瓜の煮物 ○しば漬け ○味噌汁(豆腐・大根葉)	○ロールパン ○ウイナのケチャップ炒め ○*マーマレードジャム ○ミルクスープ(白菜・エキ)	○ご 飯 ○キャベツと挽肉の炒め煮 ○青かっぱ ○コンソメスープ(マッシュ/小松菜)
食	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳	○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼	○ご 飯 ○鯖の味噌煮 ○和風のポン酢和え ○ストロベリームース ○すまし汁(蒲鉾/大根)	○富山名物 フラッターチ ○富山名物 よごし ○パイナップル	○ご 飯 ○和風おろしハンバーグ ○ごぼうの金平 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○すまし汁(かぶ・絹さや)	○うな井 ○ほうれん草の胡麻和え ○オレンジムース ○すまし汁(和・長葱)	○麦飯 ○鶏と大豆の味噌煮 ○とろろ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(シジ・ミツバ)	○夏野菜カレー ○アスパラと青菜のサラダ ○バナナ ○コンソメスープ(MIX/ハセ)	○ご 飯 ○鮭のちゃんちゃん焼き ○カブのゆかり和え ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(小松菜・冬瓜)
食	○和風パイ ○麦茶	○ピーチゼリー ○玄米茶	○チョコ蒸しケーキ ○麦茶	○スナック菓子 ○アップルティー	○エクレア ○麦茶	○クッキー(チョコイス) ○ミルクティー	○薄皮まんじゅう ○煎茶
夕	○ご 飯 ○麻婆豆腐 ○春雨サラダ ○しば漬け ○中華スープ(小松菜/玉葱)	○ご 飯 ○鶏の照り焼き ○切干大根のサラダ ○ふりかけ ○すまし汁(花麩・三葉)	○ご 飯 ○カレーの利休焼き ○ひじきのサラダ ○赤かっぱ ○味噌汁(里芋・油揚げ)	○ご 飯 ○豚肉の生姜焼き ○茄子のおろしポン酢 ○桜大根 ○すまし汁(蒲鉾/貝割れ)	○ご 飯 ○ホッケの塩麹焼き ○小松菜とアズキのお浸し ○赤かっぱ ○味噌汁(かぶ・青葱)	○ご 飯 ○たらの幽庵焼き ○隠元のきなこ和え ○たくあん ○味噌汁(キャベツ/玉葱)	○ご 飯 ○豚肉のレモンソース ○きのこのマリネ ○桜大根 ○味噌汁(花麩・青葱)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	[エネルギー] 1748 kcal [タンパク質] 64.9 g [脂質] 57.8 g [炭水化物] 221.2 g [塩分] 6.0 g	[エネルギー] 1602 kcal [タンパク質] 58.6 g [脂質] 37.2 g [炭水化物] 247.5 g [塩分] 8.4 g	[エネルギー] 1574 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂質] 38.7 g [炭水化物] 241.8 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1688 kcal [タンパク質] 76.4 g [脂質] 51.0 g [炭水化物] 224.6 g [塩分] 6.9 g	[エネルギー] 1526 kcal [タンパク質] 69.1 g [脂質] 36.0 g [炭水化物] 222.2 g [塩分] 7.7 g	[エネルギー] 1673 kcal [タンパク質] 67.4 g [脂質] 48.2 g [炭水化物] 251.3 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1593 kcal [タンパク質] 64.8 g [脂質] 41.7 g [炭水化物] 233.6 g [塩分] 6.1 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週間予定献立表 (常食)

期間： 2024年07月28日(日) ~ 2024年08月03日(土)

	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○はんぺんと白菜の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(かぶ・レ草) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉団子と野菜の煮物 ○桜大根 ○味噌汁(豆腐・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根と薩摩揚げの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(えのき・絹さ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○がんもとふきの煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁(じゃが・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ゆかり粥 ○大根と鶏肉の炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(玉葱・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚バラ大根 ○青かっぱ ○味噌汁(油揚・もやし) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○チリコンカン ○*マーマレードジャム ○ミルクスープ(印・ベジ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○・・・おやつ・・・ ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢ソース ○ひじきれんこん ○ピーチムース ○味噌汁(玉葱・大根葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○家常豆腐 ○そろまめタマゴサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○すまし汁(シジフ・葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○バナナ ○パンクキンポタージュ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の甘酢あん ○茄子の生姜和え ○ジャムヨーグルト(りんご) ○すまし汁(舞茸・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○冷やし中華 ○肉しゅうまい ○オレンジムース 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鶏の梅ごま焼き ○茸と青菜のとろろ和え ○パイナップル ○すまし汁(素麺・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヒレカツ&加クリームコロッケ ○アロココリと玉葱のサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○トマトスープ(玉葱・マッシュ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○ばかうけ ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○お楽しみおやつ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ミニあんパン ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○抹茶パバロア ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒糖まんじゅう ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○芋ようかん ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○プチシュークリーム ○玄米茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヤンニョムチキン ○春雨のマヨサラダ ○納豆 ○わかめスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレーの五目あんかけ ○印のやのごまドレ和え ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・かぶ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉おろしポン酢炒め ○卵の花 ○しば漬け ○味噌汁(油揚・村レ草) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○牛肉のチャプチェ ○南瓜ときのこのミルク煮 ○赤かっぱ ○中華スープ(青梗菜/長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびと豆腐チャンプル ○大豆とひじきの煮物 ○ふりかけ ○味噌汁(かぶ・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鰯のトマトソースがけ ○隠元のピナツ和え ○しば漬け ○味噌汁(納レソウ・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈の西京焼き 切干 ○南瓜のいとこ煮 ○たくあん ○すまし汁(舞茸・貝割)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1598 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂質] 42.4 g [炭水化物] 247.1 g [塩分] 6.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1722 kcal [タンパク質] 73.8 g [脂質] 55.9 g [炭水化物] 233.7 g [塩分] 7.1 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1549 kcal [タンパク質] 59.3 g [脂質] 46.2 g [炭水化物] 221.9 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1638 kcal [タンパク質] 64.7 g [脂質] 40.5 g [炭水化物] 253.7 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1582 kcal [タンパク質] 63.8 g [脂質] 41.4 g [炭水化物] 220.4 g [塩分] 7.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1700 kcal [タンパク質] 66.2 g [脂質] 46.2 g [炭水化物] 250.8 g [塩分] 7.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1771 kcal [タンパク質] 66.9 g [脂質] 57.3 g [炭水化物] 247.0 g [塩分] 7.1 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。