

週間予定献立表 (常食)

期間：2024年10月06日(日) ~ 2024年10月12日(土)

	10月6日(日)	10月7日(月)	10月8日(火)	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)
朝	○ご飯 ○大根と薩摩揚げの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(えのき/長葱)	○ロールパン ○アスパラとソーセージのソテー ○*イチゴジャム ○コンソメスープ(白菜/パセリ)	○ご飯 ○大根と鶏肉の炒め煮 ○鯛味噌 ○味噌汁	○ご飯 ○チキンボールの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(もやし・茄子)	○ロールパンとぶどうパン ○ホウレン草とベーコンのソテー ○*マーマレードジャム ○ミルクスープ(シジメ・玉葱)	○中華粥 ○がんとふきの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(キャベツ/白玉麩)	○ご飯 ○かぶとツの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(里芋・にら)
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 ○鰯のトマトソースがけ ○マスタードカリフラワー ○ぶどうムース ○コンソメスープ(ジャガ・コーン)	○ご飯 ○鶏の山椒焼き ○トマトのごまドレッシング ○ジャムヨーグルト(りんご) ○すまし汁(舞茸・貝割)	○麦飯 ○鮭の粕漬け焼き ○茸と青菜のとろろ和え ○メロンムース ○すまし汁(蒲鉾/みつば)	○ミートソースパスタ ○白菜とみかんのサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○コンソメスープ(玉葱・MIX)	○ご飯 ○たらの柚子塩焼き ○*ロコローとキャベツのソテー ○バナナ ○味噌汁(南瓜・若布)	○ご飯 ○豚肉とピーマンの塩炒め ○白菜のゆかり和え ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(舞茸・青葱)	○キーマカレー ○枝豆とカリフラワーのソテー ○みかん缶 ○コンソメスープ(ホウレン草/パセリ)
食	○ソフトクレープ ○玄米茶	○ソフトドーナツ ○麦茶	○カルシウムせん ○アップルティー	○たいやき ○煎茶	○レモンゼリー ○玄米茶	○ミニあんパン ○麦茶	○チーズ OR チョコ蒸しケーキ ○玄米茶
夕	○ご飯 ○豚肉おろしポン酢炒め ○卵の花 ○しば漬け ○味噌汁(揚げ・葉大根)	○ご飯 ○鯖の西京焼き ○南瓜ときのこのシロ煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(大根・にら)	○ご飯 ○すき焼き煮 ○隠元のピーナツ和え ○桜大根 ○味噌汁(かぶ・青葱)	○ご飯 ○ホッケの塩麹焼き ○大豆とひじきの煮物 ○ふりかけ ○味噌汁(薩摩・小松)	○ご飯 ○鶏の甘酢あん ○胡瓜と竹輪の中華ソテー ○たくあん ○中華スープ	○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○ポテトサラダ ○つぼ漬け ○すまし汁(椎茸・ミツバ)	○ご飯 ○鯖の梅だれ焼き ○揚げ茄子の青じそ和え ○青かっぱ ○味噌汁(庄内麩・青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1607 kcal [タンパク質] 59.0 g [脂質] 42.0 g [炭水化物] 223.8 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1572 kcal [タンパク質] 65.0 g [脂質] 39.9 g [炭水化物] 236.8 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1583 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂質] 36.0 g [炭水化物] 248.0 g [塩分] 6.2 g	[エネルギー] 1558 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂質] 36.0 g [炭水化物] 243.5 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1576 kcal [タンパク質] 63.4 g [脂質] 43.2 g [炭水化物] 222.3 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1599 kcal [タンパク質] 62.8 g [脂質] 53.4 g [炭水化物] 221.2 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1623 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂質] 48.4 g [炭水化物] 232.0 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10月13日(日) ~ 2024年10月19日(土)

	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○スクランブルエッグ ○*イチゴジャム ○ミルクスープ(コーン・パセ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根とさつま揚げの煮 ○しば漬け ○味噌汁(白菜・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○がんも煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(鰾元・白麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(赤レンソウ・ハクペ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(芋/ベーコン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○高野と椎茸の煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(玉葱・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉の塩炒め ○つぼ漬け ○味噌汁(冬瓜・豆腐)
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 ○鮭のバター醤油焼き ○マカロニサラダ ○アップルムース ○トマトスープ(玉葱・マッシュ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○豚丼 ○納豆のきなこ和え ○黄桃缶 ○すまし汁(里芋・ミツバ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○切干大根のサラダ ○ジャム・フルーツ(いちご) ○すまし汁(舞茸・万葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○海老炒・南瓜コロッケ ○きのこのマリネ ○バナナ ○コンソメスープ(白菜・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレーの利休焼き ○南瓜のいとこ煮 ○レアチーズムース ○味噌汁(冬瓜・シジ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈のカレームニエル ○アスパラとツナのサラダ ○パイナップル ○トマトスープ(パセリ・マッシュ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○山梨名物 ほうとう ○菜の花のわさび和え ○ジャム・フルーツ(りんご)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○バウムクーヘン ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒糖まんじゅう ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○栗カステラ饅頭 ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○和風パイ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○クリームコンフェ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ドームケーキ(チョコ) ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○クッキー(チョコイス) ○カフェオレ
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○麻婆茄子 ○キャベツの中華サラダ ○赤かっぱ ○中華スープ(若布・葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚ムニエル オーロソース ○さつま芋のミルク茶巾 ○青かっぱ ○味噌汁(もやし・茄子) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびと豆腐のチャップル ○れんこんのあおさ炒め ○赤かっぱ ○味噌汁(玉葱・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈のごまだれ焼き ○モロヘイヤのゆずポン和え ○たくあん ○味噌汁(花麩・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉豆腐 ○白菜と胡瓜の酢の物 ○つぼ漬け ○味噌汁(もやし・茄子) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉の治部煮 ○ツナひじきサラダ ○桜大根 ○味噌汁(小松菜・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ほっけのゆず胡椒焼き ○小松菜とシラスの煮浸し ○ふりかけ ○すまし汁(トロロ・蒲鉾)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1642 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂質] 62.2 g [炭水化物] 233.1 g [塩分] 6.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1620 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂質] 36.4 g [炭水化物] 257.3 g [塩分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1533 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂質] 40.7 g [炭水化物] 225.3 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1562 kcal [タンパク質] 55.9 g [脂質] 36.0 g [炭水化物] 250.7 g [塩分] 6.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1639 kcal [タンパク質] 61.4 g [脂質] 48.7 g [炭水化物] 232.6 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1541 kcal [タンパク質] 68.3 g [脂質] 31.2 g [炭水化物] 236.7 g [塩分] 6.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1578 kcal [タンパク質] 63.2 g [脂質] 45.4 g [炭水化物] 226.9 g [塩分] 7.5 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10月20日 (日) ~ 2024年10月26日 (土)

	10月20日 (日)	10月21日 (月)	10月22日 (火)	10月23日 (水)	10月24日 (木)	10月25日 (金)	10月26日 (土)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○パンとぶどうパン ○チリコンカン ○* マーメイドジャム ○コンソメスープ (パセリ草/ベジ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○菜飯粥 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○しば漬け ○味噌汁 (えのき・絹さ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁 (大根・万葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○肉団子とじゃが芋煮 ○青かっぱ ○味噌汁 (もやし/小松菜) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○がんもとふきの煮物 ○たくあん ○味噌汁 (舞茸・青葱) 	<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 (えのき・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○三色いなり煮 ○調味噌 ○味噌汁 (隠元・白麩)
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
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○八宝菜 ○茄子のおろしポン酢 ○ストロベリームース ○中華スープ (若布・加) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鰯の生姜煮 ○金平ごぼう ○バナナ ○味噌汁 (パセリ/里芋) 	<ul style="list-style-type: none"> ○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○ピーチムース ○コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○牛皿 ○ほうれん草の胡麻和え ○みかん缶 ○味噌汁 (大根・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○チキンカレー ○コールスローサラダ ○ジャムケーキ (りんご) ○コンソメスープ (パセリ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○タラのマスタード焼き ○ほうれん草チーズクリーム煮 ○オレンジムース ○トマトスープ (パセリ・コン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○カニ玉 ○もやしのナムル ○黄桃缶 ○中華スープ (白菜・長葱)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○カステラ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○パナソニック ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒棒名門 ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○お楽しみおやつ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○芋ようかん ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○コーヒーゼリー ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○よもぎまんじゅう ○煎茶
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鮭の粕漬焼き ○南瓜の含め煮 ○赤かっぱ ○味噌汁 (もやし・葉大根) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○牛肉のチャブチエ ○小松菜とシラスのお浸し ○納豆 ○すまし汁 (蒲鉾/パセリ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○豚の梅ごま炒め ○茄子と車麩の煮物 ○つぼ漬け ○すまし汁 (トロ・サ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鯖の塩焼き ○山芋おくら ○桜大根 ○味噌汁 (パセリ草・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○白身魚の葱ソース ○菜の花の酢味噌和え ○しば漬け ○味噌汁 (パセリ/隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご 飯 ○鶏のバター醤油焼き ○パンプキンサラダ ○赤かっぱ ○味噌汁 (油揚げ・長葱) 	<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 (トロ・貝割)
食	○おやつ	○おやつ	○おやつ	○おやつ	○おやつ	○おやつ	○おやつ
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1662 kcal [タンパク質] 68.5 g [脂 質] 42.2 g [炭水化物] 240.3 g [塩 分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1600 kcal [タンパク質] 66.5 g [脂 質] 41.9 g [炭水化物] 217.1 g [塩 分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1560 kcal [タンパク質] 55.6 g [脂 質] 55.6 g [炭水化物] 205.5 g [塩 分] 7.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1643 kcal [タンパク質] 57.9 g [脂 質] 54.1 g [炭水化物] 226.3 g [塩 分] 7.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 60.3 g [脂 質] 43.8 g [炭水化物] 257.9 g [塩 分] 7.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1613 kcal [タンパク質] 61.8 g [脂 質] 48.5 g [炭水化物] 222.9 g [塩 分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1589 kcal [タンパク質] 51.8 g [脂 質] 45.0 g [炭水化物] 233.0 g [塩 分] 6.3 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10月27日(日) ~ 2024年11月02日(土)

	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	11月1日(金)	11月2日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○スクランブルエッグ ○*イチゴジャム ○トマトスープ(パセリ・マッシュ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○野菜と豚肉のクリーム煮 ○青かっぱ ○味噌汁(茄子・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○三色稲荷と野菜の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(若布・葉大根) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○はんぺんと冬瓜の煮物 ○たくあん ○味噌汁(小松菜・かぶ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉団子のトマト煮 ○青かっぱ ○味噌汁(玉葱・パプリカ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○卵粥 ○大根とツナの煮物 ○たくあん ○味噌汁(里芋・玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○ブロッコリーとウインナーのソテー ○*マーマレードジャム ○トマトスープ(シジメ・玉葱)
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 ○白身魚ムニエル オリーブソース ○じゃが芋と椎茸のソテー ○ぶどうムース ○味噌汁(隠元・花麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○秋のキノコカレーうどん ○里芋のずんだ和え ○ジャムヨーグルト(りんご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヒレカツ&ポテトコロッケ ○いんげんの胡麻和え ○バナナ ○トマトスープ(シジメ・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鱈の山椒焼き ○オクラと長芋の土佐和え ○メロンムース ○すまし汁(蒲鉾/椎茸) 	<ul style="list-style-type: none"> ○えびピラフ ○鶏とキノコのチーズ焼き ○空豆のホットサラダ ○和菓子 ○パンプキンポタージュ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚ムニエル ガーリックソース ○パプリカとベーコンのソテー ○黄桃缶 ○コンソメスープ(キャベツ・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の味噌煮 ○小松菜の煮びたし ○ジャムヨーグルト(りんご) ○すまし汁(豆腐・貝割)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○せんべい 雪の宿 ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○スナック菓子 ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○今川焼き ○煎茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ふわふわワッフル ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールケーキ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○マリービスケット ○ミルクティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○どら焼き ○煎茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○麻婆豆腐 ○アスパラの中華炒め ○たくあん ○中華スープ(若布・エノキ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カレーの五目あんかけ ○胡瓜と竹輪のわかめ和え ○ふりかけ ○すまし汁(冬瓜・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の柚子こしょう焼き ○白菜のゆかり和え ○赤かっぱ ○すまし汁(トマト・ミツバ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○回鍋肉 ○里芋サラダ ○納豆 ○味噌汁(にら・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ホッケの磯焼き ○菜の花のサラダ ○つぼ漬け ○すまし汁(素麺・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ハンバーグ ケチャップソース ○やわらか大学芋 ○しば漬け ○すまし汁(花麩・三葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の照り焼き ○胡瓜とわかめの酢の物 ○赤かっぱ ○味噌汁(里芋・油揚げ)
食	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・	○・・・・・・・・
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1634 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂質] 55.8 g [炭水化物] 224.2 g [塩分] 7.1 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1581 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂質] 43.3 g [炭水化物] 227.8 g [塩分] 7.2 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1639 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂質] 36.0 g [炭水化物] 242.7 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1609 kcal [タンパク質] 66.1 g [脂質] 35.2 g [炭水化物] 232.9 g [塩分] 6.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1675 kcal [タンパク質] 70.2 g [脂質] 43.9 g [炭水化物] 244.5 g [塩分] 7.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1649 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 43.0 g [炭水化物] 246.2 g [塩分] 7.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1569 kcal [タンパク質] 66.4 g [脂質] 42.4 g [炭水化物] 233.6 g [塩分] 6.7 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。