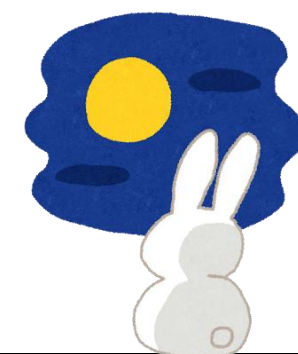




週間予定献立表



常食Ⅱ A

	朝				昼				夕				一日計	
9月1日(月)	味噌汁 ウインナーソーテー 南瓜のサラダ 牛乳	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	745 22.4 32.4 2.7 98.7 454.1 360		肉の磯辺揚 添)素焼 金平大根 ドレッシング和 フルーツ	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	736 34 22.6 1.8 103.7 384.5 54		豆腐の重ね焼 添)甘煮 生巻和 佃煮 味噌汁	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	570 24.6 10.9 3.1 96.7 392.5 217		エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	2051 81 65.9 7.6 299.1 1231.1 631
9月2日(火)	パン ジャム オムレツのミートソースかけ 野菜サラダ 牛乳	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	657 29.1 31.8 2.4 70.2 366.6 291		魚のバターソース焼 ひじきの煮物 マヨネ和 味噌汁	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	627 24.4 17.9 2.6 97.4 307.5 117		松笠焼 添)浸し 冷奴 梅肉和 ゼリー	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	605 38.1 9.1 1.6 96.3 431.1 142		エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	1889 91.6 58.8 6.6 263.9 1105.2 550
9月3日(水)	味噌汁 中華煮 大根のサラダ	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	618 23.7 21.2 2.2 84.7 331.8 143		盛りそば 中華風サラダ きなこ蒸しパン ジョア	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	689 35.6 17.9 3.2 97.5 543.6 841		焼魚 添)おろし 炒煮 白菜サラダ デザート	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	656 29.8 20.1 2 97.1 384.6 72		エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	1963 89.1 59.2 7.4 279.3 1260 1056
9月4日(木)	パン ジャム スクランブルエッグ 添)ソーテー 野菜サラダ 牛乳	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	627 29.3 34 1.8 54.7 376.8 308		魚のホワイトソースかけ 添)塩茹 ソーテー ドレッシング和 フルーツ	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	575 30.2 11.6 1.5 91.1 353.6 113		生巻焼 添)生野菜 田楽 華風和 味噌汁	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	602 29.4 15 2.8 89.1 341.1 145		エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	1804 88.9 60.6 6.1 234.9 1071.5 566
9月5日(金)	味噌汁 シューマイ おかか和 牛乳	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	698 28.8 19.2 2.8 106.1 489.2 323		魚の照焼 添)ボイル野菜 豆腐サラダ ゆかり和 フルーチェ風	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	631 30.1 16.9 2.1 92.9 385.1 161		キーマカレー ポテトサラダ 即席漬 和 物	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	654 31.7 19.5 2.2 94.3 415.3 148		エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	1983 90.6 55.6 7.1 293.3 1289.6 632
9月6日(土)	パン ジャム 肉団子のトマト煮 醤油フレンチ 牛乳	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	592 24.7 23 2.8 80 386.2 328		豆腐のそぼろかけ 春雨サラダ たらこ和 さつま汁	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	679 33.7 20.1 2.7 98 393.7 187		魚のムニエル 添)塩茹 生巻炒め めた ゼリー	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	621 31.3 14.6 2.4 93.9 379.3 88		エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	1892 89.7 57.7 7.9 271.9 1159.2 603
9月7日(日)	味噌汁 華風炒め 納豆 牛乳	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	644 29.9 19 1.7 94.7 450.7 324		肉のマスタード焼 添)ソーテー スパゲティソーテー ナムル ヨーグルト和	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	605 29 15.2 2.1 90.8 337.9 128		竜田揚 添)おろし 炒煮 おかか和 味噌汁	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	762 31.6 22.5 3.7 110 381.1 144		エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量 炭水化物 水分 カルシウム	2011 90.5 56.7 7.5 295.5 1169.7 596

※食種により内容は異なります。ご了承ください。