



週間予定献立表



常食Ⅱ A

	朝				昼				夕				一日計	
9月15日(月)	味噌汁 ウインナーソテー マセドアンサラダ 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	696 22.7 26.3 2.9 99.6 475.6 358	魚のオニオンソースかけ スパゲティサラダ 梅肉和 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	657 28 18.6 1.6 98 352.9 51	肉のピザ風焼き 味噌炒め ドレッシング和 漬汁	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	719 38.1 26.4 3.5 87.5 377.6 221	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	2072 88.8 71.3 8 285.1 1206.1 630			
9月16日(火)	パン ジャム オムレツのトマトソースかけ 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	651 24.6 31.4 2.4 73.8 374.7 294	肉のみそ漬焼 添)ソテー 華風炒め 酢の物 けんちん汁	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	751 32.2 28.7 2 92.1 332.1 105	甘酢あんかけ 五目豆 生養和 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	588 30.9 7.2 3.3 103.1 368.9 139	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	1990 87.7 67.3 7.7 269 1075.7 538			
9月17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	614 24.2 21.2 1.7 83.2 328 125	カレー南蛮 豆腐サラダ デザート 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	666 34 18.3 3.3 98.4 679.3 443	魚のフライ 添)ソテー リヨネーズポテト オーロラソース和 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	702 32.4 17.8 1.2 107.5 371.5 87	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	1982 90.6 57.3 6.2 289.1 1378.8 655			
9月18日(木)	パン ジャム スクランブルエッグ 添)煮焼 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	563 29.5 26.5 1.6 55 388.4 317	湯煮 華風炒め 甘酢浸し 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	725 31.6 19.1 3 106.8 387 127	豆腐ハンバーグ 添)ボイル野菜 スパゲティサラダ お浸し 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	712 28.3 21.9 2.1 104.7 399.1 153	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	2000 89.4 67.5 6.7 266.5 1174.5 597			
9月19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	723 27.9 22.4 2.9 106.1 486.8 323	カニ玉風 煮物 ゆかり和 ミルクゼリーきなこソース	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	701 30.2 16.4 2.5 110.7 411.4 155	麻婆豆腐 ドレッシングサラダ 華風和 華風スープ	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	660 31.5 22.4 3.4 89.7 403.8 195	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	2084 89.6 61.2 8.8 306.5 1302 673			
9月20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	640 31.1 24.4 2.8 82.4 403.7 326	たらのチリソース 拌三条 梅肉和 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	698 29.2 15.9 3.3 109.4 362.9 107	肉のマヨネ焼 シーチキン和 甘酢浸し 牛乳かん	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	637 28.6 20.2 2.1 89.2 400.5 164	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	1975 88.9 60.5 8.2 281 1167.1 597			
9月21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	626 27.3 18.4 2.3 92.7 442.7 323	肉のピカタ 添)グラッセ マカロニサラダ 甘煮 コンソメスープ	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 28.4 21.4 2.4 99.1 309.5 90	鯉のちゃんちゃん焼 炊き合せ 山吹和 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	642 32.7 14.2 2.8 98.7 376.2 154	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	1957 88.4 54 7.5 290.5 1128.4 567			

※食種により内容は異なります。ご了承ください。