



週間予定献立表



常食Ⅱ A

	朝			昼			夕		
7月29日(月)	味噌汁 シューマイ 和風サラダ 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 22.6 23.7 3.1 102.1 480.7 332	鶏肉の薬味焼 けんちん煮 サラダ 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	610 36.1 16.4 3 83.2 320.1 144	魚のホワイトソースかけ 添)ポイル野菜 野菜ソテー わさび和 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	568 31.8 8.2 1.8 95.1 421.5 174
7月30日(火)	パン ジャム オムレツのミートソースかけ 添)粉吹芋 ドレッシング和 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	662 32.6 29.5 3.4 75.2 382.4 415	タンドライーフッシュ 添)ポイル野菜 マカロニサラダ 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	598 28.6 14.1 1.3 93 354.9 98	麻婆豆腐 中華風サラダ 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	692 28.2 24.3 3.6 96.6 395.8 229
7月31日(水)	味噌汁 カニあんかけ 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	542 22.7 14.1 3.1 84.2 315.3 120	ソース焼きそば ゴマ和 杏仁豆腐 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	665 31.3 19 3.6 100.6 454.8 991	魚の味噌バター焼 そばろかけ 正油和 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	719 35.1 18.3 2.4 106.9 338.8 148
8月1日(木)	パン ジャム ハーフ焼 添)ソテー エッグサラダ 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	673 32 36.4 1.8 59.9 352.7 284	魚の揚げ浸し 冷奴 生姜和 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	607 29 17.4 2.8 84.4 364.7 208	カニ入り卵焼 金平ポテト 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	675 28.8 18 2.4 102.7 393.7 120
8月2日(金)	味噌汁 豆腐ハンバーグ 添)ポイル野菜 わさび酢和 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	654 22.8 19.6 3.2 99.9 449.9 353	魚のマヨネ焼 炒煮 ドレッシング和 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	645 34.5 15.5 2 95.4 388.5 60	カレー ビーンズサラダ 漬物 ゆかり和	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	735 32.1 26.4 3.6 102.9 370.4 120
8月3日(土)	パン ジャム 魚の洋風ソテー 添)ソテー ドレッシングサラダ 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	552 33 19.4 2.3 66.6 365.7 282	肉豆腐 生酢 甘煮 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	657 29 13.2 3.1 110.7 443 251	えびのチリソース煮 ソテー ナムル 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	624 26.5 14.8 2 99.3 359.5 93
8月4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	666 33.1 20.8 2.2 92.2 471.3 362	肉の味噌漬焼 添)ポイル野菜 ビーナッツクリーム和 香りと 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	679 25.3 23.2 1.8 94.9 370.3 169	卵のイタリア風ソースかけ スパゲティソテー ピクルス 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	665 31.9 20.4 2.9 90.9 348.9 84

※食種により内容は異なります。ご了承ください。