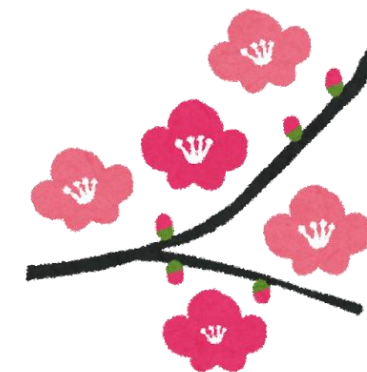




週間予定献立表



常食Ⅱ A

	朝			昼			夕		
4月21日(月)	味噌汁 韓国風煮 酢の物 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	633 30.2 16.2 2.7 97.5 432.3 341	肉の磯辺揚 添)ソテー ひじきの煮物 辛子和 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	692 33.9 22 2.9 95.8 332.9 182	魚の塩焼 添)おろし 野菜ソテー ゴマよごし 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	583 25.2 14.2 2 92.9 408.3 177
4月22日(火)	パン ジャム ツナオムレツ 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	731 34.6 40.8 2.9 63.6 383.2 418	魚のホワイトソースかけ 添)ボイル野菜 正油炒め 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	562 29.7 9.1 2.3 92.5 363.3 147	中華味噌炒め マカロニサラダ 香りと 清汁	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	720 24.6 28 3.2 94.2 320.1 99
4月23日(水)	味噌汁 鶏肉の野菜あん 山吹和	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	519 26.4 9.9 2.4 83.2 311.9 88	卵とじうどん 華風炒め 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	662 31.6 20.9 3.7 92.9 648.1 847	魚の南蛮漬 ソース炒め ブロッコリーのサラダ 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	772 30.6 27.3 1.7 104.4 406.4 121
4月24日(木)	パン ジャム ケチャップ煮 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	666 21.8 33.5 2.8 71.3 369.9 333	煮魚 添)ボイル野菜 そばろ煮 磯辺和 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 36.1 12.7 3.7 89.7 348.6 178	肉の生巻焼 添)生野菜 正油炒め 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	687 31.3 22.2 2 92.8 405.8 155
4月25日(金)	味噌汁 中華あんかけ わさび和 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	633 31.3 19.8 2.5 88.4 467.1 306	レモンバター醤油焼 添)ボイル野菜 生姜和 ピーナッツクリーム和 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	553 27.1 11.1 1.8 91 366.5 58	ほうれん草カレー 和風サラダ ゴマみそ和 即席漬	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	655 30.3 17.8 3.3 97.7 425.9 190
4月26日(土)	パン ジャム 海鮮炒め 大根のサラダ 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	605 29.9 26.4 2.4 69.4 388.5 317	魚のピザ風焼き 炒り豆腐 ブロッコリーのサラダ 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	682 35.5 21.8 2.1 90.7 353.2 170	肉の味噌漬焼 添)生野菜 ナムル マッシュポテト 清汁	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	528 24.5 9.9 2.2 89.7 336.6 58
4月27日(日)	味噌汁 野菜炒め 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	609 24.8 16.8 2.3 96.1 470.9 372	カニ玉あんかけ 中華風サラダ おかか和 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	661 27.2 17.4 2.4 99.2 368.8 125	魚の味噌マヨネ焼 添)栗焼 炊き合せ 甘酢浸し 清汁	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	664 36.7 18.4 3.4 92 332.4 105

※食種により内容は異なります。ご了承ください。