# 予 定 献 立 一 覧 表

ファミリーイン堀之内
令和 7年 6月15日 ～ 令和 7年 6月22日 【 一般食 】

| | 6月15日(日) | 6月16日(月) | 6月17日(火) | 6月18日(水) | 6月19日(木) | 6月20日(金) | 6月21日(土) | 6月22日(日) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝 | お粥<br>さんまの蒲焼<br>ごま和え(ﾎｰﾚﾝ草<br>ジョア いちご | お粥<br>ちくわの甘辛煮<br>くるみ和え<br>ジョアﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ<br> | お粥<br>半片のふわふわ煮<br>お浸し(ﾎｳﾚﾝ草<br>ジョア ﾏｽｶｯﾄ | 鮭ぞうすい<br>いわしの梅煮<br>しば漬<br>ジョアﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ<br> | お粥<br>ｷｬﾍﾞﾂそぼろ炒煮<br>なめ茸和え<br>ジョア ﾏｽｶｯﾄ | お粥<br>かぶの炒め煮<br>辛し和え(菜の花)<br>ジョア いちご<br> | お粥<br>生揚の含煮<br>胡瓜漬<br>ジョア ﾏｽｶｯﾄ<br> | 鶏ぞうすい<br>ｷｬﾍﾞﾂｿｰｾｰｼﾞ炒め<br>お浸し<br>ジョア |
| 昼 | ・<br>・<br>ｿｰｽ焼きそば<br>焼きとり<br>冷奴<br>果物(白桃ﾀﾞｲｽ)<br>**********<br>栗まんじゅう<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入 | ご飯<br>清汁(半片・ﾜｶﾒ)<br>鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き<br>木ｸﾗｹﾞの炒物<br>ツナの中華風<br>果物(バナナ)<br>**********<br>ﾘﾝｸﾞドーナツ<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入 | ・<br>カツ丼<br>味噌汁(白菜・ｻﾔ<br>きのこの当座煮<br>茗荷酢和え<br>果物 (みかん缶)<br>**********<br>プリン<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入<br> | ご飯<br>味噌汁(茄子・ｼﾒｼﾞ<br>つくねの甘辛煮<br>切干大根の煮付<br>かぶの変わり和え<br>果物 (パイン缶)<br>**********<br>えびせん<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入<br> | ご飯<br>味噌汁(油揚・大根<br>豚肉の柳川風<br>ビーフン炒め<br>ﾌﾚﾝﾁｻﾗﾀﾞ(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>果物 (黄桃ﾀﾞｲｽ)<br>**********<br>ミルクまんじゅう<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入 | ご飯<br>味噌汁(豆腐・長葱<br>マヨたまカツ<br>ツナ大根<br>ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)<br>果物 (みかん缶)<br>**********<br>ｷｬﾗﾒﾙﾌﾟﾘﾝ<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入 | ご飯<br>清汁(半片・ｶｲﾜﾚ<br>魚の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼<br>高野豆腐の含め煮<br>酢の物(胡瓜・茗荷<br>果物(白桃ﾀﾞｲｽ)<br>**********<br>たい焼き<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入 | ・<br>・<br>・<br> <br><br>ハッシュドビーフ<br>フレッシュサラダ<br>果物(バナナ)<br>**********<br>大きな今川焼<br>紅茶・ｵﾘｺﾞ糖入 |
| 夕 | ご飯<br>味噌汁(里芋・小葱<br>茄子挟揚・生姜ｱﾝ<br>切干大根の煮付<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのサラダ | ご飯<br>味噌汁(青梗菜)<br>豚肉の生姜焼き<br>ひじきの炒り煮<br>おくらもずく | ご飯<br>わかめスープ<br>かに玉<br>蓮根の炒り煮<br>辛し和え ｷｬﾍﾞﾂ<br> | ご飯<br>味噌汁(麩・玉葱)<br>魚のカレー焼き<br>昆布豆<br>ごま和え(白菜 | ご飯<br>味噌汁(ﾜｶﾒ・ｴﾉｷ)<br>豆腐とｴﾋﾞの辛味炒<br>竹輪の含煮<br>梅和え(胡瓜・ﾓﾔｼ | ご飯<br>味噌汁(里芋・小葱<br>松風焼き<br>筍と蕗のおかか煮<br>長芋の柴漬和え | ・<br>親子丼<br>なめこ汁<br>ﾎﾟﾃﾄのきんぴら<br>茄子の香り酢和え<br> | ご飯<br>かみなり汁<br>魚の香味焼き<br>青梗菜搾菜の炒物<br>磯和え白菜 |
| 1日合計 | kcal 1307 kcal<br>水分 535.7 g<br>蛋白質 50.8 g<br>脂質 36.7 g<br>食塩相ﾐ 8 g | kcal 1323 kcal<br>水分 591.5 g<br>蛋白質 60 g<br>脂質 29.7 g<br>食塩相ﾐ 8 g | kcal 1352 kcal<br>水分 609.7 g<br>蛋白質 55.5 g<br>脂質 31.6 g<br>食塩相ﾐ 8 g | kcal 1350 kcal<br>水分 363.5 g<br>蛋白質 59.1 g<br>脂質 29.9 g<br>食塩相ﾐ 7.2 g | kcal 1349 kcal<br>水分 592.7 g<br>蛋白質 61.4 g<br>脂質 34.1 g<br>食塩相ﾐ 8 g | kcal 1340 kcal<br>水分 669.3 g<br>蛋白質 52.7 g<br>脂質 29.3 g<br>食塩相ﾐ 7.9 g | kcal 1317 kcal<br>水分 516.8 g<br>蛋白質 57.2 g<br>脂質 29 g<br>食塩相ﾐ 7.3 g | kcal 1373 kcal<br>水分 491.6 g<br>蛋白質 51.7 g<br>脂質 32.1 g<br>食塩相 8 g |
| 備考 | | | | | | | | |