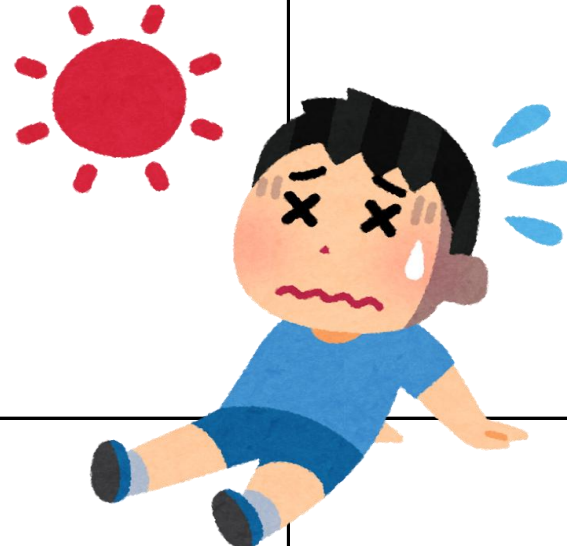
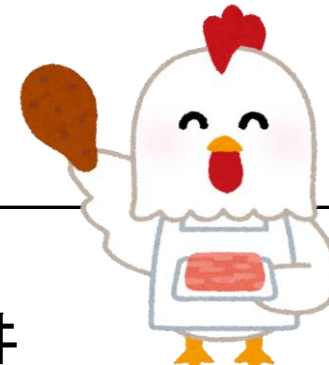
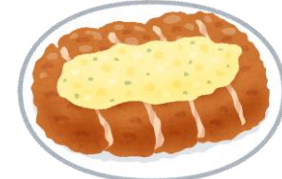


8月 8/1 11:50 1/1

【一般食】

8月 3日(日)				8月 4日(月)				8月 5日(火)				8月 6日(水)				8月 7日(木)				8月 8日(金)				8月 9日(土)				8月10日(日)				
朝	お粥 ちくわの甘辛煮 しば漬 ジョアブルーベリー				お粥 かぶの炒め煮 辛し和え(アスパラ) ジョア いちご				お粥 生揚げと人参の合煮 ゆかり和え ジョア				お粥 半片のふわふわ煮 磯香和え ジョア マスカット				お粥 鶏シンジョウの煮物 深川浸し ジョア マスカット				お粥 おかか煮竹輪と蒟 お浸し(オクラ・エノキ) ジョア マスカット				鮭ぞうすい 田舎煮(大根) ピーナツ和え(インゲン) ジョアブルーベリー				お粥 厚焼卵 わさび漬和チンゲンサイ ジョア マスカット			
																																
昼	・ 穴子のちらし寿司 清汁(やわら蒲鉾 茄子の田楽盛合せ アボカドと豆腐のサラダ 果物(西瓜) ***** ケーキ 紅茶・オリゴ糖入				ご飯 味噌汁(麩・シメジ 焼き肉 冬瓜のかにあん マリネ 果物(みかん缶) ***** ミルクまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入				ご飯 中華スープ・白菜 酢豚 青梗菜搾菜の炒物 辛し酢味噌・アスパラ 果物(白桃ダイス) ***** ワインゼリー 紅茶・オリゴ糖入				ご飯 なめこ汁 魚の照焼 大根のこってり煮 桜ポテト 果物(パイン缶) ***** 柚子蜂蜜ケーキ 紅茶・オリゴ糖入				・ ・ 冷しきつねうどん 焼売 果物(黄桃ダイス) ***** 大きな今川焼 紅茶・オリゴ糖入				ひじきご飯 味噌汁(かぶ) 擬製豆腐、焼き 煮っころがし トマトサラダ 果物(みかん缶) ***** 水無月 紅茶・オリゴ糖入				・ つくね丼 清汁(半片・カイワレ 茄子ヒーマンの味噌炒 ホタテの和え物 果物(バナナ) ***** 赤しそゼリー 紅茶・オリゴ糖入				ご飯 味噌汁(麩・モヤシ 明太コロッケ 大根の吉野煮 辛し和え(オクラ・ツナ 果物(パイン缶) ***** えびせん 紅茶・オリゴ糖入			
夕	ご飯 味噌汁キャベツ椎茸 鮭の醤油焼き ポテトのおかか煮 大根の昆布茶漬				ご飯 味噌汁(油揚げ・大根 豆腐とエビの辛味炒 春雨の炒り煮 フレッシュサラダ				ご飯 味噌汁(エノキ青梗菜 鮭のチャンチャン焼き ゴーヤのチーズ炒め トロロもずく				ご飯 味噌汁(茄子) チキン南蛮 筍のおかか煮 しば漬				ご飯 味噌汁(ワカメ・大根) 焼き魚の生姜あん インゲンのきんぴら くるみ和え				ご飯 味噌汁(麩・白菜) ミートローフ 蓮根の炒り煮 酢の物(ツナ・胡瓜 ・ ・ 立秋・二十四節気				ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) 魚のみりん醤油焼 きんぴら 生姜酢和え				ご飯 味噌汁(白菜・サヤ 松風焼き きのこの当座煮 ゴマ酢和え(白滝			
																																
1 日 合 計	kcal	1312	kcal	kcal	1325	kcal	kcal	1315	kcal	kcal	1338	kcal	kcal	1355	kcal	kcal	1322	kcal	kcal	1310	kcal	kcal	1329	kcal								
	水分	615.1	g	水分	669.2	g	水分	725.4	g	水分	536.3	g	水分	830.1	g	水分	675.2	g	水分	633.2	g	水分	601.6	g								
	蛋白質	58	g	蛋白質	64.8	g	蛋白質	53.3	g	蛋白質	58.4	g	蛋白質	52.2	g	蛋白質	55.4	g	蛋白質	53.7	g	蛋白質	51	g								
	脂質	29.4	g	脂質	24.4	g	脂質	28	g	脂質	31.9	g	脂質	27.5	g	脂質	23.7	g	脂質	32.3	g	脂質	25.5	g								
	食塩相当	7.9	g	食塩相当	8	g	食塩相当	8	g	食塩相当	7.9	g	食塩相当	8.1	g	食塩相当	7.7	g	食塩相当	7.9	g	食塩相	7.9	g								
備考																																