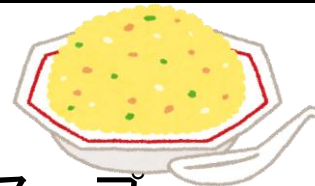


8月 3/12 9:12 1/1

### 【一般食】

| 8月17日(日)         |                                                                                               |       |      | 8月18日(月) |       |      |      | 8月19日(火) |                                                                      |      |       | 8月20日(水) |      |      |      | 8月21日(木) |                                                                                     |      |      | 8月22日(金) |      |      |       | 8月23日(土) |                                                                                |  |  | 8月24日(日) |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|----------|-------|------|------|----------|----------------------------------------------------------------------|------|-------|----------|------|------|------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|------|------|----------|------|------|-------|----------|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------|--|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| 朝                | お粥<br>かぶの炒め煮<br>ピーナツ和え(キャベツ)<br>ジョアブルーベリー                                                     |       |      |          |       |      |      |          | お粥<br>半片のふわふわ煮<br>桜漬<br>ジョア マスカット                                    |      |       |          |      |      |      |          |   |      |      |          |      |      |       |          | お粥<br>田舎煮(蓮根)<br>青菜とカニのお浸し<br>ジョア いちご                                          |  |  |          |  |  |  |  |               |  |  |  |  |  |  |  | お粥<br>五目厚焼卵<br>しば漬<br>ジョアブルーベリー                                                   |  |  |  |  |  |  |  | お粥<br>おかか煮竹輪と落<br>ゆかり和え<br>ジョアブルーベリー                                                |  |  |  |  |  |  |  |            |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |                                                                                               |       |      |          |       |      |      |          |                                                                      |      |       |          |      |      |      |          |                                                                                     |      |      |          |      |      |       |          |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
| 昼                | ご飯<br>清汁(半片・カイワレ<br>魚の西京焼き<br>高野豆腐の含め煮<br>酢の物(胡瓜・茗荷<br>果物(白桃ダイス)<br>*****<br>せんべい<br>紅茶・オリゴ糖入 |       |      |          |       |      |      |          | ・<br>・<br>・<br>冷やし中華<br>焼売<br>果物(黄桃ダイス)<br>*****<br>あんみつ<br>紅茶・オリゴ糖入 |      |       |          |      |      |      |          |    |      |      |          |      |      |       |          | ご飯<br>なめこ汁<br>肉豆腐<br>きんぴら<br>大根の松前漬<br>果物(パイン缶)<br>*****<br>大きな今川焼<br>紅茶・オリゴ糖入 |  |  |          |  |  |  |  | ご飯<br>清汁(半片・カイワレ<br>煮込みハンバーグ<br>若竹煮<br>小チクワの味噌マヨネーズ<br>果物(黄桃ダイス)<br>*****<br>バウムクーヘン<br>紅茶・オリゴ糖入 |  |  |  |  |  |  |  | ・<br>炒飯<br>わかめスープ<br>焼き餃子<br>生姜和え(モロヘイヤ)<br>果物(みかん缶)<br>*****<br>カステラ<br>紅茶・オリゴ糖入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ご飯<br>かみなり汁<br>つくねの甘辛煮<br>センマイと油揚げの煮付<br>芽かぶとろろ<br>果物(白桃ダイス)<br>*****<br>キャロットゼリー<br>紅茶・オリゴ糖入 |  |  |  |  |  |  |  | ご飯<br>清汁(やわら蒲鉾<br>焼き魚の生姜あん<br>茄子の田楽盛合せ<br>アボカドと豆腐のサラダ<br>果物(パイン缶)<br>*****<br>スィカロール(カット)<br>紅茶・オリゴ糖入 |  |  |  |  |  |  |  | ご飯<br>味噌汁(豆腐・ワカメ<br>明太コロッケ<br>牛蒡のしぐれ煮<br>フレンチサラダ(ブロッコリー<br>果物(みかん缶)<br>*****<br>えびせん<br>紅茶・オリゴ糖入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |                                                                                               |       |      |          |       |      |      |          |                                                                      |      |       |          |      |      |      |          |                                                                                     |      |      |          |      |      |       |          |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
| 夕                | ご飯<br>味噌汁(茄子・シメジ<br>非常時訓練食<br>しその実漬                                                           |       |      |          |       |      |      |          | ご飯<br>味噌汁(かぶ)<br>豚肉の生姜焼き<br>刻み昆布の煮付<br>三色ごま和え                        |      |       |          |      |      |      |          |  |      |      |          |      |      |       |          | ご飯<br>味噌汁(麩・ホウレンソウ<br>えびカツ<br>茄子ヒーマンの味噌炒<br>ホタテの和え物                            |  |  |          |  |  |  |  | ご飯<br>味噌汁(油揚げ・モヤシ<br>魚の粕漬焼き<br>鶏レバーの煮込み<br>冷奴                                                    |  |  |  |  |  |  |  | ご飯<br>味噌汁(茄子・シメジ<br>えび玉<br>ひじきの炒り煮<br>楽京サラダ                                       |  |  |  |  |  |  |  | ご飯<br>味噌汁(絹さや・冬瓜<br>ほっけの一夜干し<br>南瓜のツナソース<br>長芋のゆかり正油                                |  |  |  |  |  |  |  | ご飯<br>味噌汁(麩・シメジ<br>豚肉の柳川風<br>大根エビスミの煮物<br>辛し和え(アスパラ)                                          |  |  |  |  |  |  |  | ・<br>麻婆茄子丼<br>中華スープ・白菜<br>卵豆腐<br>果物(みかん缶)                                                             |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
|                  |                                                                                               |       |      |          |       |      |      |          |                                                                      |      |       |          |      |      |      |          |                                                                                     |      |      |          |      |      |       |          |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
| 1<br>日<br>合<br>計 | kcal                                                                                          | 1319  | kcal | kcal     | 1374  | kcal | kcal | 1395     | kcal                                                                 | kcal | 1293  | kcal     | kcal | 1351 | kcal | kcal     | 1317                                                                                | kcal | kcal | 1333     | kcal | kcal | 1339  | kcal     |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
|                  | 水分                                                                                            | 348.2 | g    | 水分       | 741.5 | g    | 水分   | 607.9    | g                                                                    | 水分   | 473.6 | g        | 水分   | 541  | g    | 水分       | 489.1                                                                               | g    | 水分   | 652.9    | g    | 水分   | 567.3 | g        |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
|                  | 蛋白質                                                                                           | 56.7  | g    | 蛋白質      | 54.6  | g    | 蛋白質  | 55.6     | g                                                                    | 蛋白質  | 59.9  | g        | 蛋白質  | 51.7 | g    | 蛋白質      | 49.3                                                                                | g    | 蛋白質  | 62.5     | g    | 蛋白質  | 49.7  | g        |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
|                  | 脂質                                                                                            | 19.5  | g    | 脂質       | 26.4  | g    | 脂質   | 25.3     | g                                                                    | 脂質   | 31.8  | g        | 脂質   | 33.9 | g    | 脂質       | 37.8                                                                                | g    | 脂質   | 30.5     | g    | 脂質   | 31.5  | g        |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
|                  | 食塩相当                                                                                          | 7.6   | g    | 食塩相当     | 7.5   | g    | 食塩相当 | 8        | g                                                                    | 食塩相当 | 7     | g        | 食塩相当 | 8    | g    | 食塩相当     | 7.9                                                                                 | g    | 食塩相当 | 8        | g    | 食塩相  | 7.2   | g        |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |
| 備考               |                                                                                               |       |      |          |       |      |      |          |                                                                      |      |       |          |      |      |      |          |                                                                                     |      |      |          |      |      |       |          |                                                                                |  |  |          |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |