

25/8/29 16:54
1 / 1

【一般食】

	8月31日(日)			9月 1日(月)			9月 2日(火)			9月 3日(水)			9月 4日(木)			9月 5日(金)			9月 6日(土)			9月 7日(日)		
朝	お粥 鶏シソウの煮物 お浸し(菜の花) ジョア いちご			お粥 かぶの炒め煮 おくらもずく ジョア マスカット			お粥 おかか煮竹輪と落 なめ茸和え ジョアブルーベリー			お粥 がんもの含煮 桜漬 ジョア マスカット			お粥 竹輪の甘辛煮 お浸し(ホウレン草) ジョア			お粥 生揚げの含煮 辛し和え(菜の花) ジョアブルーベリー			お粥 田舎煮(蓮根) 長芋のなめ茸和え ジョア いちご			お粥 半片のふわふわ煮 わさび漬和・青梗 ジョアブルーベリー		
昼	ご飯 味噌汁(豆腐・ワカメ) ピーマンの肉詰 ふきの信田煮 楽京サラダ 果物(黄桃ダイス) ***** 栗まんじゅう 紅茶・オリゴ糖入			・ ソースカツ丼 味噌汁(茄子・シメジ) 白菜・ホタテのくず煮 酢の物(柚子) 果物(みかん缶) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 卵とワカメのスープ 回鍋肉 揚げ茄子の生姜正油 フレッシュサラダ 果物(白桃ダイス) ***** 甘醤油せんべい 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 味噌汁(白菜・油揚げ) チキンピカタ 高野豆腐の含め煮 辛し和え(オクラ・ツナ) 果物(みかん缶) ***** ミルクまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入			きのこご飯 味噌汁(麩・シメジ) 魚のみりん醤油焼 切干大根の煮付 ホタテの和え物 果物(黄桃ダイス) ***** メープルケーキ 紅茶・オリゴ糖入			・ クロワッサン 田舎風スープ ロールキャベツ マカロニサラダ 果物(パイン缶) ***** 白あんパン 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 清汁(エノキ・ワカメ) 魚の味噌マヨネーズ焼 竹輪の含煮 トマトサラダ 果物(白桃ダイス) ***** キャロットゼリー 紅茶・オリゴ糖入			・ おたんじょう会 釜飯弁当 清汁(やわら蒲鉾) さつま芋の昆布煮 枝豆と茗荷の和え物 果物(オレンジ) ***** ケーキ 紅茶・オリゴ糖入		
夕	ご飯 味噌汁(麩・ホウレンソウ) 鶏肉のソース煮込み じゃが芋の粉吹煮 くるみ和え			ご飯 味噌汁(油揚げ・大根) 魚のカレー焼き 里芋の南蛮煮 辛し和え(アスパラ)			ご飯 味噌汁(青梗菜) 豆腐のかにあん 鶏レバーの煮込み 南瓜のツナソース			ご飯 清汁(半片・カイワレ) 鮭のチャンチャン焼き 蓮根の炒り煮 ピーナツ和え(インゲン)			ご飯 味噌汁(豆腐・長葱) 豚肉の生姜焼き 南瓜の含煮 春雨サラダ			ご飯 味噌汁(かぶ) 擬製豆腐、焼き 白滝のたらこ煮 ゴマ酢和え(青梗菜)			・ キムタクご飯 冬瓜スープ 焼売 果物(みかん缶)			ご飯 味噌汁(かぶ) スパイシーチキン 椎茸と揚げの甘辛煮 もやしのサラダ		
1 日 合 計	kcal	1318	kcal	kcal	1344	kcal	kcal	1308	kcal	kcal	1337	kcal	kcal	1354	kcal	kcal	1312	kcal	kcal	1324	kcal	kcal	1348	kcal
	水分	558	g	水分	574.9	g	水分	693.8	g	水分	491.6	g	水分	543.9	g	水分	655.6	g	水分	640.4	g	水分	550.5	g
	蛋白質	53.1	g	蛋白質	57.5	g	蛋白質	53.2	g	蛋白質	60.1	g	蛋白質	60.7	g	蛋白質	55	g	蛋白質	57	g	蛋白質	58.9	g
	脂質	31.3	g	脂質	30.3	g	脂質	32	g	脂質	30.8	g	脂質	25.5	g	脂質	39.2	g	脂質	27.9	g	脂質	25.2	g
	食塩相当量	8	g	食塩相当量	7.5	g	食塩相当量	8	g	食塩相当量	7.3	g	食塩相当量	8	g	食塩相当量	7.4	g	食塩相当量	7.5	g	食塩相当量	8	g
備考																								