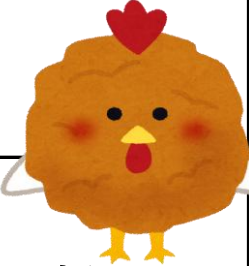
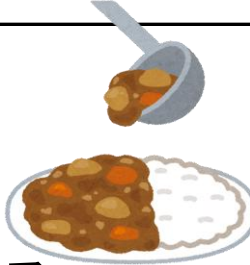


 2025/9/9 12:00
 1 / 1

	9月14日(日)			9月15日(月)			9月16日(火)			9月17日(水)			9月18日(木)			9月19日(金)			9月20日(土)			9月21日(日)					
朝	お粥 キャベツソーセージ炒め 辛し和え(アスパラ) ジョア マスカット			お粥 大根の炒め煮 胡瓜の塩昆布和え ジョアブルーベリー			鮭ぞうすい ちくわの甘辛煮 とろろ ジョアブルーベリー			お粥 かぶの炒め煮 ごま和え(インゲン) ジョア マスカット			お粥 生揚げの含煮 深川浸し ジョア			菜めし粥 切干大根の煮付 しば漬 ジョア いちご			お粥 さんまの蒲焼 生姜和え ジョアブルーベリー			お粥 キャベツそぼろ炒煮 お浸し(ホウレン草) ジョアブルーベリー					
																											
昼	さつま芋ご飯 清汁(麩・三葉) 天ぷらとうなぎ 茶碗蒸し 茗荷酢和え 果物(柿) ***** 抹茶のブランマンジェ 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 味噌汁(かぶ) 魚のみりん醤油焼 筍と蒟のおかか煮 ナムル 果物(パイン缶) ***** もみじまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 清汁(やわら蒲鉾 つくねの甘辛煮 冬瓜のこってり煮 大徳寺生酢 果物(みかん缶) ***** ロールケーキ 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 清汁(手まり麩・葱 サバの文化干し さつま芋の甘煮 大根の松前漬 果物(白桃ダイス) ***** クリームパン 紅茶・オリゴ糖入			・ ・ ・ カレーライス ミモザサラダ フルーツヨーグルト ***** えびせん 紅茶・オリゴ糖入						ご飯 味噌汁(白菜・サヤ 鶏肉の唐揚げ 煮っころがし 青菜とかきの酢物 果物(白桃ダイス) ***** フレンチトースト 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 味噌汁(麩・玉葱) 擬製豆腐、焼き 南瓜の含煮 楽京サラダ 果物(みかん缶) ***** ワインゼリー 紅茶・オリゴ糖入			・ ・ 焼きうどん 炒り豆腐 フレンチサラダ(ブロッコリー 果物(フルーツカクテル) ***** サツマイモケーキ(カット) 紅茶・オリゴ糖入		
夕	ご飯 味噌汁(豆腐・長葱 鶏肉のソース煮込み きんぴら 生姜和え(モロヘイヤ)			ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) 松風焼き 南瓜の小倉煮 焼き玉葱のサラダ			ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) えびカツ 白滝のたらこ煮 ホタテの和え物			・ 麻婆豆腐丼 わかめスープ きんぴら 中華風サラダ			ご飯 味噌汁(油揚げ・モヤシ スパイシーチキン 半片のふわふわ煮 沢庵						ご飯 清汁(半片・ワカメ) 魚の葱味噌焼き 大根エビスミの煮物 辛し正油(揚げキャベツ)			ご飯 味噌汁(エノキ青梗菜 鶏肉のちり酢浸し 木くらげの炒物 野沢菜漬			ご飯 味噌汁(油揚げ・大根 豚肉の柳川風 冬瓜のそぼろ煮 くるみ和え(春菊)		
1 日 合 計	kcal	1404	kcal	kcal	1325	kcal	kcal	1304	kcal	kcal	1381	kcal	kcal	1356	kcal	kcal	1386	kcal	kcal	1342	kcal	kcal	1356	kcal			
	水分	751.5	g	水分	592.6	g	水分	518	g	水分	532.7	g	水分	525.8	g	水分	488.3	g	水分	589.5	g	水分	698.5	g			
	蛋白質	66.2	g	蛋白質	54	g	蛋白質	51.1	g	蛋白質	52	g	蛋白質	52.8	g	蛋白質	56.5	g	蛋白質	54	g	蛋白質	58.1	g			
	脂質	29.3	g	脂質	22.9	g	脂質	25.4	g	脂質	35.7	g	脂質	33	g	脂質	38	g	脂質	35.6	g	脂質	35.7	g			
	食塩相当量	7.6	g	食塩相当量	7.7	g	食塩相当量	7.9	g	食塩相当量	6.9	g	食塩相当量	7.9	g	食塩相当量	8.2	g	食塩相当量	6.8	g	食塩相当量	8	g			
備考																											