

予定献立一覧表

ファミリーイン堀之内
令和8年5月31日 ~ 令和8年6月7日

【一般食】

	5月31日(日)	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)
朝	お粥 いわしの梅煮 春菊のえのき浸し ジョアブルーベリー	お粥 ツナ大根 磯香和え ジョア マスカット	お粥 半片のふわふわ煮 三色ごま和え ジョア マスカット	帆立ぞうすい かぶの炒め煮 磯和えホウレン草白菜 ジョア マスカット	お粥 キャベツソーセージ炒め ごま和え(インゲン) ジョア いちご	お粥 ちくわの甘辛煮 しその実和え ジョアブルーベリー	お粥 鶏シシヨウの煮物 千鳥浸し ジョアブルーベリー	卵ぞうすい キャベツそぼろ炒煮 胡瓜の塩昆布和え ジョアブルーベリー
昼	・ ・ ・ カレーライス フレッシュサラダ 果物(フルーツカケル) ***** えびせん 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(麩・白菜) 半片入りつくね 若竹煮 スパゲティサラダ 果物(パイン缶) ***** チョコパン 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 清汁(半片・カワレ) 魚の塩焼き 五目煮しめ コーンサラダ 果物(黄桃ダイス) ***** ミルクまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(青梗菜) 鶏肉のソース煮込み 大根ヒスミの煮物 南瓜サラダ 果物 白桃ダイス ***** 赤しそゼリー 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) 魚の甘露煮 里芋の土佐煮 茗荷酢和え 果物(黄桃ダイス) ***** はちみつ蒸しパン 紅茶・オリゴ糖入	・ ・ たぬきうどん 五目煮メカンモ南瓜 卸酢和え(アスパラ) 果物(パイン缶) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入	・ 麻婆豆腐丼 中華スープ・白菜 焼売 中華和え 果物(バナナ) ***** カラメルプリン 紅茶・オリゴ糖入	おたんじょう会 黒糖ロール クリームシチュー キャベツ・ベーコンソテー マカロニサラダ 果物(メロン) ***** ケーキ 紅茶・オリゴ糖入
夕	・ きんぴら丼 味噌汁(茄子) ホタテの和え物 桜漬	ご飯 味噌汁(油揚・モヤシ) 松風焼き ほうれん草のソテー フレンチサラダ(人参)	ご飯 味噌汁(ワカメ・大根) 煮込みハンバーグ ふきの信田煮 おくらもずく	ご飯 中華風コーンスープ えび玉 ビーフン炒め 果物(みかん缶)	ご飯 味噌汁(ワカメ・玉葱) スパイシーチキン ポテのきんぴら ミモザサラダ	ご飯 味噌汁(油揚・大根) 魚のカレー焼き センマイと油揚の煮付 長芋のゆかり正油	ご飯 味噌汁(かぶ) えびカツ ピーマンのおかか炒め 辛し和え(オクラ・ツナ)	ご飯 味噌汁(エノキ・油揚) 魚の照焼 煮っころがし なめ茸和え
1日合計	kcal 1315 kcal 水分 525 g 蛋白質 51.2 g 脂質 25.7 g 食塩相当量 9 g	kcal 1431 kcal 水分 615.1 g 蛋白質 57.9 g 脂質 38 g 食塩相当量 9.4 g	kcal 1326 kcal 水分 495.2 g 蛋白質 53.1 g 脂質 30.3 g 食塩相当量 8 g	kcal 1356 kcal 水分 758.7 g 蛋白質 59.7 g 脂質 29.5 g 食塩相当量 8 g	kcal 1392 kcal 水分 600.1 g 蛋白質 55.8 g 脂質 31.2 g 食塩相当量 8.5 g	kcal 1308 kcal 水分 880.5 g 蛋白質 50 g 脂質 18.8 g 食塩相当量 8.5 g	kcal 1353 kcal 水分 646.4 g 蛋白質 55 g 脂質 33.4 g 食塩相当量 7.8 g	kcal 1346 kcal 水分 556.3 g 蛋白質 59 g 脂質 39.4 g 食塩相当量 8.3 g
備考								

