


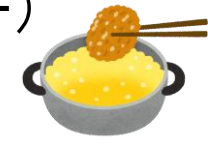

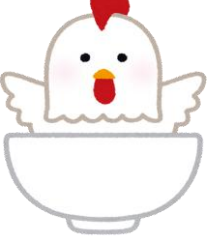


予定献立一覧表

ファミリーイン堀之内
令和8年6月14日 ~ 令和8年6月21日

【一般食】

	6月14日(日)	6月15日(月)	6月16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月20日(土)	6月21日(日)
朝	お粥 田舎煮(蓮根) わさび和え(白菜) ジョアブルーベリー	お粥 さんまの蒲焼 ごま和え(ホーレン草) ジョア いちご 	お粥 ちくわの甘辛煮 くるみ和え ジョアブルーベリー 	お粥 半片のふわふわ煮 お浸し(菜の花) ジョア マスカット	鮭ぞうすい いわしの梅煮 しば漬 ジョアブルーベリー	お粥 キャベツそぼろ炒煮 なめ苺和え ジョア マスカット 	お粥 かぶの炒め煮 辛し和え(菜の花) ジョア いちご	お粥 生揚げの含煮 胡瓜漬 ジョア マスカット
昼	・ ・ 炒飯 中華スープ・大根 春巻 果物(メロン) ***** 杏仁豆腐 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) えび玉 かぶの吉野煮 冷奴 果物(黄桃ダイス) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 清汁(半片・カイル) 鮭のチャンチャン焼き 木クラゲの炒物 ツナの中華風 果物(バナナ) ***** リングドーナツ 紅茶・オリゴ糖入	・ カツ丼 味噌汁(白菜・油揚) きのこの当座煮 茗荷酢和え 果物(みかん缶) ***** カラメルプリン 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) つくねの甘辛煮 細切大根の炒め煮 かぶの変わり和え 果物(パイン缶) ***** えびせん 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(油揚・大根) 豚肉の柳川風 ビーフン炒め フレンチサラダ(ブロッコリー) 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(茄子) マヨたまカツ  ツナ大根 ごま和え(インゲン) 果物(みかん缶) ***** 抹茶ババロア 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 清汁(半片・カイル) 魚の味噌マヨネーズ 焼 高野豆腐の含め煮 酢の物(胡瓜・茗荷) 果物(白桃ダイス) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入
夕	・ きんぴら丼 なめこ汁 キャベツ・ベーコンソテー 青菜とカニの酢物	ご飯 味噌汁(里芋・小葱) 茄子挟揚・生姜アン 切干大根の煮付 ブロッコリーのサラダ 	ご飯 味噌汁(青梗菜) 豚肉の生姜焼き ひじきの炒り煮 おくらもずく	ご飯 わかめスープ かに玉 蓮根の炒り煮 辛し和え キャベツ	ご飯 味噌汁(麩・玉葱) 魚のカレー焼き 昆布豆 ごま和え(白菜)	ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) 豆腐とエビの辛味炒 竹輪の含煮 梅和え(胡瓜・モヤシ)	ご飯 味噌汁(里芋・小葱) 松風焼き 筍と落のおかか煮 長芋の柴漬和え	・ 親子丼 なめこ汁 ポトのきんぴら 茄子の香り酢和え 
1日合計	kcal 1271 kcal 水分 638.3 g 蛋白質 46.2 g 脂質 24.5 g 食塩相 7.3 g	kcal 1394 kcal 水分 573.6 g 蛋白質 51.5 g 脂質 36.9 g 食塩相 8 g	kcal 1323 kcal 水分 594.6 g 蛋白質 60.2 g 脂質 29.9 g 食塩相 8 g	kcal 1345 kcal 水分 666.3 g 蛋白質 57.7 g 脂質 34.3 g 食塩相 8 g	kcal 1323 kcal 水分 414.1 g 蛋白質 57.6 g 脂質 29.1 g 食塩相 6.9 g	kcal 1373 kcal 水分 596.2 g 蛋白質 62 g 脂質 32 g 食塩相 7.9 g	kcal 1346 kcal 水分 630.5 g 蛋白質 54.1 g 脂質 31.7 g 食塩相 7.8 g	kcal 1316 kcal 水分 514.1 g 蛋白質 57.1 g 脂質 29 g 食塩相 7.3 g
備考								