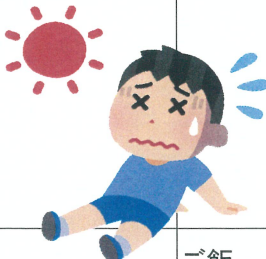


8月 7/24 16:59 1/1

1/24 16:59
1 / 1

1 / 1

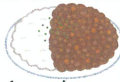
【一般食】

8月 2日(日)				8月 3日(月)				8月 4日(火)				8月 5日(水)				8月 6日(木)				8月 7日(金)				8月 8日(土)				8月 9日(日)				
朝	お粥 五目厚焼卵 酢の物シラス・キャベツ ジョア いちご				お粥 ちくわの甘辛煮 お浸し(菜の花) ジョアブルーベリー				お粥 かぶの炒め煮 おくら胡麻和え ジョア いちご				お粥 生揚げと人参の含煮 ゆかり和え ジョアブルーベリー				お粥 半片のふわふわ煮 磯香和え ジョア マスカット				お粥 鶏シンジョウの煮物 深川浸し ジョア マスカット				お粥 いわしの梅煮 お浸し(オクラ・エノキ) ジョア				鮭ぞうすい 田舎煮(大根) ごま和え(ホーレン草) ジョア いちご			
																																
昼	・ 稲荷と太巻き寿司 清汁(やわら蒲鉾) 天ぷら盛り合わせ 青菜とカニの酢物 果物(オレンジ) ***** ケーキ 紅茶・オリゴ糖入				・ 牛丼 清汁(やわら蒲鉾) 茄子の田楽盛合せ アボカドと豆腐のサラダ 果物(黄桃ダイス) ***** もみじまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入				ご飯 味噌汁(麩・シメジ) 焼き肉 冬瓜のかにあん マリネ 果物(みかん缶) ***** ミルクまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入				ご飯 中華スープ・白菜 酢豚 青梗菜搾菜の炒物 辛し酢味噌・アスパラ 果物(白桃ダイス) ***** ロールケーキ 紅茶・オリゴ糖入				ご飯 なめこ汁 魚の照焼 大根のこってり煮 桜ポテト 果物(パイン缶) ***** 柚子蜂蜜ケーキ 紅茶・オリゴ糖入				・ ・ ・ 冷しきつねうどん 焼売 果物(黄桃ダイス) ***** 大きな今川焼 紅茶・オリゴ糖入				ひじきご飯 味噌汁(かぶ) 擬製豆腐、焼き 煮っころがし トマトサラダ 果物(みかん缶) ***** クリームコンフェ 紅茶・オリゴ糖入				・ つくね丼 清汁(半片・カイワレ) 茄子ヒーマンの味噌 炒 ホタテの和え物 果物(バナナ) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入			
夕	ご飯 味噌汁(麩・白菜) 鶏肉の梅焼き ビーフン炒め もやしのサラダ				ご飯 味噌汁キャベツ椎茸 鮭の醤油焼き ポテトのおかか煮 大根の昆布茶漬				ご飯 味噌汁(油揚げ・大根) 豆腐とエビの辛味炒 春雨の炒り煮 フレッシュサラダ				ご飯 清汁(半片・小葱) 鮭のチャンチャン焼き 木クワゲの炒物 トロロもずく				ご飯 味噌汁(茄子) チキン南蛮 筍のおかか煮 梅和え(胡瓜・モヤシ)				ご飯 味噌汁(ワカメ・大根) 焼き魚の生姜あん インゲンのきんぴら くるみ和え				ご飯 味噌汁(麩・白菜) ミートローフ 蓮根の炒り煮 酢の物(ツナ・胡瓜) ・ ・ 立秋・二十四節気				ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) 魚のみりん醤油焼 きんぴら 生姜酢和え			
																																
1 日 合 計	kcal	1307	kcal	kcal	1347	kcal	kcal	1347	kcal	kcal	1324	kcal	kcal	1351	kcal	kcal	1351	kcal	kcal	1381	kcal	kcal	kcal	1321	kcal							
	水分	586.9	g	水分	669.3	g	水分	664.9	g	水分	645.3	g	水分	572.6	g	水分	821.2	g	水分	599	g	水分	555.1	g								
	蛋白質	53.6	g	蛋白質	62.8	g	蛋白質	65.1	g	蛋白質	51.6	g	蛋白質	59.5	g	蛋白質	52.1	g	蛋白質	61.4	g	蛋白質	55.3	g								
	脂質	24.8	g	脂質	19.5	g	脂質	25.5	g	脂質	26.2	g	脂質	31.9	g	脂質	27.5	g	脂質	31.7	g	脂質	30.7	g								
	食塩相 _当	9.8	g	食塩相 _当	8.4	g	食塩相 _当	8.1	g	食塩相 _当	7.7	g	食塩相 _当	8.1	g	食塩相 _当	8.1	g	食塩相 _当	7.4	g	食塩相 _当	8	g								
備考																																

8月 9/24 16:59 1/1

1 / 1

【一般食】

8月9日(日)			8月10日(月)			8月11日(火)			8月12日(水)			8月13日(木)			8月14日(金)			8月15日(土)			8月16日(日)			
朝	鮭ぞうすい 田舎煮(大根) ごま和え(ホーレン草 ジョア いちご			お粥 かぶの炒め煮 わさび漬和チンゲンサイ ジョア マスカット			お粥 がんもの含煮 長芋のゆかり正油 ジョア いちご			お粥 炒り鶏 ピーナツ和え(キャベツ) ジョアブルーベリー			かにぞうすい キャベツソーセージ炒め 青菜のえのき浸し ジョアブルーベリー			お粥 仙台麩の煮物 なめ茸和え ジョア			お粥 さんまの蒲焼 お浸し(ホウレン草 ジョア マスカット			鮭ぞうすい ちくわの甘辛煮 辛し和え(アスパラ) ジョア いちご		
																								
昼	・ つくね丼 清汁(半片・カイワレ 茄子ヒーマンの味噌炒 ホタテの和え物 果物(バナナ) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 味噌汁(麩・モヤシ 明太コロッケ 大根の吉野煮 辛し和え(オクラ・ツナ 果物(パイン缶) ***** えびせん 紅茶・オリゴ糖入			・  彩り野菜のキーマカレー 田舎風スープ フレッシュサラダ 果物(白桃ダイス) ***** 黒糖蒸しパン 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 味噌汁(エノキ・ワカメ 魚の七味焼き 炒り豆腐 辛し正油(モヤシ油揚げ 果物(パイン缶) ***** メロンケーキ(カット) 紅茶・オリゴ糖入			生姜ご飯 味噌汁(茄子・シメジ 鶏肉の照り煮 ブロッコリーの卵炒め 茗荷酢和え 果物(バナナ) ***** リングドーナツ 紅茶・オリゴ糖入			・ 黒糖ロール ミネストローネ マカロニグラタン 白いサラダ 果物(フルーツカクテル) ***** もみじまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) 鶏肉のちり酢浸し ポテのきんぴら ブロッコリーのサラダ 果物(黄桃ダイス) ***** レーズンケーキ 紅茶・オリゴ糖入			ご飯 かみなり汁 トンカツ 白滝のたらこ煮 ごま味噌和え 果物(みかん缶) ***** 水ようかん 紅茶・オリゴ糖入		
																								
夕	ご飯 味噌汁(ワカメ・エノキ) 魚のみりん醤油焼 きんぴら 生姜酢和え			ご飯 味噌汁(白菜・インゲン 松風焼き きのこの当座煮 ゴマ酢和え(白滝			ご飯 味噌汁(里芋・大根葉 鶏肉のソース煮込み 切干大根の煮付 茄子のサラダ			ご飯 味噌汁(麩・青菜) 半片入りつくね 冬瓜のカニあん ポテトマッシュ			ご飯 味噌汁(油揚げ・モヤシ 魚の甘酢あん ツナ大根 もずく酢			ご飯 中華スープ・白菜 麻婆豆腐 春雨の炒り煮 エノキとオクラの梅おかか 和え			ご飯 味噌汁(茄子) 魚の甘酢野菜あん インゲンの炒り煮 梅和え(キャベツ)			・ キムタクご飯 味噌汁(青梗菜) 南瓜の含煮 青菜とカニの酢物		
																								
1 日 合 計	kcal	1321	kcal	kcal	1325	kcal	kcal	1353	kcal	kcal	1354	kcal	kcal	1327	kcal	kcal	1352	kcal	kcal	1332	kcal	kcal	1457	kcal
	水分	555.1	g	水分	650.7	g	水分	649.7	g	水分	620.2	g	水分	637.8	g	水分	618.8	g	水分	603.8	g	水分	609.3	g
	蛋白質	55.3	g	蛋白質	51.4	g	蛋白質	50.5	g	蛋白質	62.2	g	蛋白質	62.4	g	蛋白質	53.9	g	蛋白質	57.9	g	蛋白質	61	g
	脂質	30.7	g	脂質	22.5	g	脂質	30	g	脂質	30.6	g	脂質	29.9	g	脂質	36.4	g	脂質	28.7	g	脂質	27.9	g
	食塩相	8	g	食塩相	8	g	食塩相	7.9	g	食塩相	8.4	g	食塩相	7.9	g	食塩相	6.5	g	食塩相	7.7	g	食塩相	8.4	g
備考																								

