

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

区分	令和 6年 5月 6日(月)	令和 6年 5月 7日(火)	令和 6年 5月 8日(水)	令和 6年 5月 9日(木)	令和 6年 5月 10日(金)	令和 6年 5月 11日(土)	令和 6年 5月 12日(日)
朝食	ふかし芋 味噌汁 カツオ味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 しらすの佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆とひじきの炒煮 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらか干し大根 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆と昆布の煮物 牛乳	ご飯 味噌汁 味の花 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらかひじき 牛乳
朝間食	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯
昼食	わかめご飯 煮込みうどん 焼き魚 大根おろし フルーツ (みかん缶)	ご飯 豚肉とピーマンのソテー 卵スープ 焼きなす フルーツ (もも缶)	ちらし寿司 鶏肉のみそ焼き ほうれん草のお浸し 吸物 なます 人参ゼリー	梅菜めし 魚の塩焼き (さけ) もみじおろし かぼちゃのスープ ブロッコリーのサラダ フルーツ (バナナ)	ご飯 魚の味噌焼き 小松菜のお浸し 人参ポタージュ 豆腐サラダ フルーツ (パイナップル)	ご飯 南瓜のそぼろ煮 白菜のミルク煮 たこの酢の物 フルーツ (リンゴ)	三色ご飯 白和え すまし汁 (吉野鶏) 南瓜の甘煮 甘夏みかん缶
昼間食	スポロン	まめびよイチゴ	プッチンプリン	幼児野菜&フルーツ	まめびよバナナ	ソフル元気	ブドウゼリー
夕食	ご飯 ポテトオムレツ ポイルキャベツ 豆乳 ほうれん草サラダ ミルクくず餅	鮭菜ご飯 魚の甘辛煮 豆乳 ハムの酢の物 ブルーベリーヨーグルト	ご飯 魚の揚げ煮 ポイルキャベツ 豆乳 ニガウリのシーチキン 和え 甘夏みかん缶	ご飯 中華風ステーキ 小松菜のお浸し 豆乳 ジャガ 任のそぼろ煮 プリン	ご飯 豚肉とニラのソテー 豆乳 ピーマンのシーチキン 和え 黒糖ヨーグルト	ご飯 魚の照焼き 小松菜のお浸し 豆乳 ソーメンサラダ ミロゼリー	ご飯 魚のごま照り焼き おろし和え 豆乳 小松菜サラダ バナナプリン
摂取量	エネルギー :1413 kcal 蛋白質 : 51.7 g 脂 質 : 33.8 g 炭水化物 : 224.5 g 塩 分 : 7.8 g	エネルギー :1401 kcal 蛋白質 : 62.7 g 脂 質 : 31.4 g 炭水化物 : 192.6 g 塩 分 : 6.5 g	エネルギー :1436 kcal 蛋白質 : 54.3 g 脂 質 : 35.3 g 炭水化物 : 215.9 g 塩 分 : 7.3 g	エネルギー :1400 kcal 蛋白質 : 55.0 g 脂 質 : 34.6 g 炭水化物 : 216.8 g 塩 分 : 7.7 g	エネルギー :1432 kcal 蛋白質 : 54.6 g 脂 質 : 38.4 g 炭水化物 : 205.1 g 塩 分 : 6.0 g	エネルギー :1419 kcal 蛋白質 : 55.7 g 脂 質 : 35.2 g 炭水化物 : 198.8 g 塩 分 : 6.6 g	エネルギー :1431 kcal 蛋白質 : 54.1 g 脂 質 : 35.1 g 炭水化物 : 225.0 g 塩 分 : 6.6 g

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

区分	令和 6年 5月13日(月)	令和 6年 5月14日(火)	令和 6年 5月15日(水)	令和 6年 5月16日(木)	令和 6年 5月17日(金)	令和 6年 5月18日(土)	令和 6年 5月19日(日)
朝食	ふかし芋 味噌汁 いわしの梅煮 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフト昆布佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらか干し大根 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリうぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆とひじきの炒煮 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリ白いんげん 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらかひじき 牛乳
朝間食	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯	生姜湯
昼食	ご飯 肉の漬け焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 マカロニサラダ イチゴヨーグルト	鮭菜ご飯 鶏肉の揚げ煮 ポイルキャベツ 味噌汁 なます 南瓜ゼリー	ゆかりご飯 魚の塩焼き(さけ) 大根おろし 味噌汁 ブロッコリーの胡麻和え フルーツ(もも缶)	ご飯 魚の照り焼き ピーマンのソテー 味噌汁 ねばねば和え フルーツ(みかん缶)	ご飯 昆布巻き 卵スープ オクラのサラダ フルーツ(パイン缶)	ご飯 カレー味ムニエル ほうれん草のお浸し もずくスープ マカロニサラダ 甘夏みかん缶	ご飯 マグロの刺身 豚汁 五目煮 人参ゼリー
昼間食	スポロン	幼児りんご	プッチンプリン	ヨーク	まめびよバナナ	ソフル元気	牛乳プリン
夕食	ご飯 魚の味噌焼き ポイルキャベツ 豆乳 梅かつお和え プルーンワイン漬	ご飯 魚の煮付 豆乳 山吹和え フルーツ(パイン)	ご飯 筑前煮 豆乳 ほうれん草サラダ 水羊羹	ご飯 油揚げの肉詰め煮 豆乳 春雨ナムル 芋ゼリー	ご飯 豚肉の味噌焼き 小松菜のお浸し 豆乳 春雨の酢の物 カボチャプリン	わかめご飯 肉じゃが 豆乳 オクラとしらす干の和え物 元気プリン	ご飯 マグロステーキ ポイルキャベツ 豆乳 南瓜の甘煮 フルーツ(リンゴ)
摂取量	エネルギー :1419 kcal 蛋白質 : 58.3 g 脂質 : 31.6 g 炭水化物 : 229.6 g 塩分 : 6.7 g	エネルギー :1403 kcal 蛋白質 : 54.9 g 脂質 : 31.0 g 炭水化物 : 222.7 g 塩分 : 7.8 g	エネルギー :1411 kcal 蛋白質 : 56.0 g 脂質 : 31.8 g 炭水化物 : 228.7 g 塩分 : 6.9 g	エネルギー :1407 kcal 蛋白質 : 58.6 g 脂質 : 29.6 g 炭水化物 : 214.1 g 塩分 : 7.6 g	エネルギー :1412 kcal 蛋白質 : 64.7 g 脂質 : 26.4 g 炭水化物 : 214.6 g 塩分 : 7.4 g	エネルギー :1444 kcal 蛋白質 : 55.9 g 脂質 : 35.7 g 炭水化物 : 226.2 g 塩分 : 6.6 g	エネルギー :1405 kcal 蛋白質 : 60.1 g 脂質 : 28.3 g 炭水化物 : 223.2 g 塩分 : 7.0 g