

〇〇 献立表 〇〇 [常 食]

区分	令和 7年 8月11日(月)	令和 7年 8月12日(火)	令和 7年 8月13日(水)	令和 7年 8月14日(木)	令和 7年 8月15日(金)	令和 7年 8月16日(土)	令和 7年 8月17日(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ソフトデリきんとき 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらかひじき 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリやさい豆 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらかきんぴらごぼ う 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらか干し大根 牛乳	ご飯 味噌汁 味の花 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリきんとき 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 ロールキャベツ 野菜スープ 豆腐サラダ フルーツ（もも缶）	ご飯 肉の漬け焼き ピーマンのソテー コーンスープ ニガウリのささめ和え フルーツ（パイン缶）	ご飯 魚のごま照り焼き 大根おろし 呉汁 焼きなす 迎え団子	ぼたもち 魚の味噌焼き ほうれん草のお浸し 青海苔と豆腐のすまし 汁 ところてん フルーツ（みかん缶）	赤飯 ソーメン 煮しめ 紅白なます フルーツ（パイン缶）	ご飯 揚げだし豆腐 味噌汁 いかの酢の物	ご飯 豚骨 もずくスープ ピーマンとなすの胡麻 和え
昼間食	ラクーナりんごジュース	ラクーナ桃ジュース	バナナプリン	ラクーナ白ぶどうジュース	ラクーナりんごジュース	元気プリン	芋ゼリー
夕食	ご飯 魚の茶香焼き もみじおろし 豆乳 ハムの酢の物 人参ゼリー	ご飯 ガネ ほうれん草のお浸し 豆乳 ポテトサラダ ババロア	鮭菜ご飯 中華風ステーキ ボイルキャベツ 豆乳 ハムの酢の物	ご飯 鶏肉の生姜焼き もみじおろし 豆乳 マカロニサラダ 黒糖ヨーグルト	ご飯 オムレツ ボイルキャベツ 豆乳 トマトのサラダ ミロゼリー	ご飯 焼き肉 豆乳 カレー味サラダ プルーンワイン漬	ご飯 魚の天ぷら 小松菜のお浸し 豆乳 もやしの味噌和え 甘夏みかん缶
摂取量	1人分 - :1406 kcal 蛋白質 : 57.8 g 脂 質 : 33.9 g 炭水化物 : 219.3 g 塩 分 : 7.2 g	1人分 - :1423 kcal 蛋白質 : 48.5 g 脂 質 : 41.6 g 炭水化物 : 190.8 g 塩 分 : 5.5 g	1人分 - :1429 kcal 蛋白質 : 60.9 g 脂 質 : 37.1 g 炭水化物 : 214.2 g 塩 分 : 7.0 g	1人分 - :1435 kcal 蛋白質 : 60.7 g 脂 質 : 34.8 g 炭水化物 : 219.1 g 塩 分 : 6.4 g	1人分 - :1460 kcal 蛋白質 : 62.8 g 脂 質 : 34.9 g 炭水化物 : 218.7 g 塩 分 : 7.8 g	1人分 - :1454 kcal 蛋白質 : 55.7 g 脂 質 : 37.1 g 炭水化物 : 213.5 g 塩 分 : 5.4 g	1人分 - :1404 kcal 蛋白質 : 51.6 g 脂 質 : 34.7 g 炭水化物 : 224.0 g 塩 分 : 6.0 g

〇〇 献立表 〇〇 [常 食]							
区分	令和 7年 8月18日(月)	令和 7年 8月19日(火)	令和 7年 8月20日(水)	令和 7年 8月21日(木)	令和 7年 8月22日(金)	令和 7年 8月23日(土)	令和 7年 8月24日(日)
朝食	ふかし芋 味噌汁 カツオ味噌 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆と昆布の煮物 牛乳	ご飯 味噌汁 やわらかひじき 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリやさい豆 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆とひじきの炒煮 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリうぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ソフトデリきんとき 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 中華風ステーキ 小松菜のお浸し 魚の味噌汁 白和え ビタミンゼリー	ご飯 焼きビーフン コンソメスープ ほうれん草サラダ フルーツ（リンゴ）	ご飯 鶏の照り焼き もみじおろし ワカメと豆腐の清汁 酢の物 フルーツポンチ	ご飯 チキン南蛮 大根おろし 味噌汁 ブロッコリーのサラダ ミルクくず餅	ご飯 鶏肉の揚げ煮 小松菜のお浸し かぼちゃのスープ 梅かつお和え フルーツ（キウイ）	ご飯 肉の漬け焼き ポイルキャベツ コンソメスープ 豆腐サラダ	ご飯 魚の照焼き 小松菜のお浸し 卵スープ 南瓜のそぼろ煮
昼間食	ラクーナ桃ジュース	ラクーナ白ぶどうジュース	南瓜ゼリー	ラクーナりんごジュース	ラクーナ桃ジュース	抹茶ババロア	芋ゼリー
夕食	ご飯 魚のピカタ ポイルキャベツ 豆乳 春雨サラダ フルーツ（キウイ）	ご飯 魚のカレー風味煮物 豆乳 ワサビ和え イチゴヨーグルト	ご飯 昆布巻き 豆乳 ソーメンサラダ	ご飯 魚の茶香焼き ほうれん草のお浸し 豆乳 ニガウリのシーチキン 和え フルーツ（バナナ）	ご飯 あこうだいの甘辛煮 豆乳 マカロニサラダ 元氣プリン	梅菜めし 野菜の掻き揚げ もみじおろし 豆乳 煮付 甘夏みかん缶	ご飯 ロールキャベツ 豆乳 ささみときゅうりの酢の物 フルーツ（もも缶）
摂取量	エネルギー :1406 kcal 蛋白質 : 65.7 g 脂 質 : 31.7 g 炭水化物 : 214.7 g 塩 分 : 7.9 g	エネルギー :1400 kcal 蛋白質 : 62.5 g 脂 質 : 33.9 g 炭水化物 : 213.7 g 塩 分 : 7.5 g	エネルギー :1401 kcal 蛋白質 : 52.2 g 脂 質 : 31.8 g 炭水化物 : 223.7 g 塩 分 : 5.8 g	エネルギー :1407 kcal 蛋白質 : 64.9 g 脂 質 : 46.3 g 炭水化物 : 192.2 g 塩 分 : 6.2 g	エネルギー :1413 kcal 蛋白質 : 59.5 g 脂 質 : 37.5 g 炭水化物 : 206.4 g 塩 分 : 7.7 g	エネルギー :1439 kcal 蛋白質 : 52.3 g 脂 質 : 41.0 g 炭水化物 : 192.0 g 塩 分 : 6.4 g	エネルギー :1412 kcal 蛋白質 : 56.4 g 脂 質 : 27.8 g 炭水化物 : 230.2 g 塩 分 : 7.3 g