

食材料の入荷等の都合により献立内容を変更する場合があります

他の治療食・アレルギー食は別献立になります

食種：エネルギー1600kcal 食塩9g 未満

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
朝食	ご飯 がんもどき含め煮 ごぼうと干びょうのきんぴら 胡瓜とセロリの甘酢漬け 牛乳 ふりかけ	食パン ジャム チキンナゲット ケチャップ ズッキーニソテー ポテトサラダ ライトジョア	ご飯 小松菜と人参の味噌汁 赤魚の煮付け カボチャサラダ 小粒納豆	食パン マーガリン そぼろ入りスクランブル 菜の花の ガーリックソテー ナポリタンサラダ ライトジョア	ご飯 鶏肉ごま焼き マカロニサラダ キャベツのかおり浸し 牛乳	コッペパン ジャム マーガリン コンソメスープ ブレンオムレツ アスパラとハムのソテー ケチャップ フルーツ	ご飯 カレイ塩麹焼き さつま芋と薩摩揚げの煮物 いんげんのごま和え 牛乳 ふりかけ
昼食	牛丼 七味唐辛子 白和え フルーツ	ご飯 中華スープ かじきの香味ソースがけ 納厚揚げとエビのうま煮 ふりかけ	ご飯 キャベツとハムのキッシュ ナスとツナのトマト煮 フルーツ ふりかけ	ご飯 豚肉とたけのこの オイスター炒め 蟹団子と水菜のスープ煮 二色野菜のサラダ	ご飯 麩とたまねぎの味噌汁 厚揚げの炒め物 冬瓜の貝柱あんかけ オクラの梅和え ふりかけ	ご飯 さわらの山椒焼き きんとき豆 豆腐の炒り煮込み ブロッコリーくるみ和え ふりかけ	うどん めんつゆ 五目厚焼き玉子 ひじき煮 とろろ和え
夕食	ご飯 大根と葱の味噌汁 メバルの照焼 スナッペンとう 豚肉とじゃが芋の ピリ辛炒め ふりかけ	麦ご飯 豆入りキーマカレー グリーンサラダ フルーツ	ご飯 黒酢の酢豚 えびしゅうまい しょうゆ モロヘイヤのナムル ヨーグルト	あさりご飯 とろろ昆布の清汁 鮭の香味焼 卵の花炒り フルーツ	ご飯 あじの竜田揚げ ボン酢おろしソース 春雨サラダ フルーツ	麦ご飯 キャベツの肉味噌炒め 菜の花とツナの和え物 なすの生姜煮浸し ヨーグルト	ご飯 ハンバーグ ガーリックオニオンソース えびとほたての豆乳煮 フルーツ
栄養成分	エネルギー 1664kcal 蛋白質 71.9g 炭水化物 220.9g 脂質 44.8g 食塩相当量 6.2g	エネルギー 1619kcal 蛋白質 67.9g 炭水化物 221.9g 脂質 46.8g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1569kcal 蛋白質 73.3g 炭水化物 218.0g 脂質 41.8g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1593kcal 蛋白質 69.3g 炭水化物 204.2g 脂質 54.2g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1633kcal 蛋白質 72.0g 炭水化物 222.0g 脂質 49.0g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 1618kcal 蛋白質 72.9g 炭水化物 215.6g 脂質 49.2g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 1657kcal 蛋白質 68.8g 炭水化物 235.9g 脂質 47.6g 食塩相当量 7.4g

食種：エネルギー1600kcal 食塩9g 未満

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
朝食	ご飯 豆腐ち葱の味噌汁 卵と野菜の炒め物 かぼちゃサラダ ふき出汁煮 ふりかけ	食パン ジャム ポークチャップ アスパラバジルソテー カリフラワーのレモンマリネ ライトジョア	ご飯 赤魚粕漬焼 のらぼう菜かか浸し カボチャサラダ煮 牛乳 ふりかけ	食パン マーガリン 豆腐ハンバーグ 菜の花とハムのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 ハニーマスタードチキン ほうれん草としらすのソテー スパゲッティサラダ ヨーグルト ふりかけ	テーブルロール ジャム コンソメスープ スクランブルエッグ ケチャップ ジャーマンポテト パプリカと胡瓜のピクルス	ご飯 あじのみりん醤油焼き 小松菜生姜炒め れんこんきんぴら 牛乳 ふりかけ
昼食	ご飯 ピビンバ きゅうりの和え物 杏仁豆腐	ご飯 小松菜と油揚げの味噌汁 さわらゆかり塩焼き スナッペンとう ごぼうサラダ ふりかけ	ご飯 卵と豆苗の炒め物 ひじきの白和え 青梗菜とちくわのみそ炒め ふりかけ	ご飯 酸辣湯 焼餃子 餃子のたれ ピーマンソテー 魚介と野菜のXO醤炒め ふりかけ	ご飯 清汁 厚揚げ炒め ツナと大根の煮物 めかぶとオクラの和え物 ふりかけ	ご飯 カレイねぎ塩焼き 鶏の野菜の旨煮 フルーツ ライトジョア ふりかけ	うどん めんつゆ 山菜 揚げ出し豆腐 肉みそあんかけ ほたてとアスパラの塩炒め
夕食	ご飯 メバルの味噌焼き 冬瓜と鶏肉の煮物 青梗菜の胡麻和え ヨーグルト	麦ご飯 オムレツ グリーンソースがけ チキンカレー フルーツ	ご飯 鶏肉と茄子の味ぼん炒め キャベツスープ 温野菜サラダ フルーツ	グリーンピースごはん かじき西京焼き インゲンソテー 肉じゃが モロヘイヤと湯葉の和え物	ご飯 サーモンフライ 練キャベツ タルタルソース ミネストローネ フルーツ	麦ご飯 鶏肉のさっぱり焼 茹でブロッコリー 五目豆 南瓜とさつま芋のサラダ ふりかけ	ご飯 豚肉野菜炒め ツナサラダ 菜の花と桜えびのソテー フルーツ ふりかけ
栄養成分	エネルギー 1634kcal 蛋白質 68.6g 炭水化物 213.3g 脂質 51.8g 食塩相当量 6.1g	エネルギー 1646kcal 蛋白質 75.6g 炭水化物 208.2g 脂質 54.0g 食塩相当量 7.4g	エネルギー 1552kcal 蛋白質 69.0g 炭水化物 211.4g 脂質 46.0g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1642kcal 蛋白質 68.2g 炭水化物 223.9g 脂質 51.2g 食塩相当量 7.4g	エネルギー 1611kcal 蛋白質 69.0g 炭水化物 228.5g 脂質 43.7g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1586kcal 蛋白質 65.8g 炭水化物 232.8g 脂質 42.7g 食塩相当量 7.8g	エネルギー 1629kcal 蛋白質 76.2g 炭水化物 223.0g 脂質 44.8g 食塩相当量 7.8g