

# 週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2024年07月29日(月) ~ 2024年08月04日(日)

	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)
<b>朝食</b>	○ごはん ○味噌汁 ○サケの塩焼き ○里芋の鶏そぼろあん ○イチゴムース	○フレンチトースト ○コンソメスープ ○キャベツと卵ソテー ○白桃缶	○ごはん ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○薩摩揚げと小松菜の炒煮 ○ヨーグルト	○ロールパン ○コンソメスープ ○ハムとじゃが芋の炒め ○プリン	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○きんぴらごぼう ○ババロア		
	[エネルギー] 653 kcal [タンパク質] 30.8 g [脂質] 14.4 g [炭水化物] 95.9 g [塩分] 4.8 g	[エネルギー] 680 kcal [タンパク質] 26.4 g [脂質] 14.5 g [炭水化物] 111.0 g [塩分] 3.9 g	[エネルギー] 548 kcal [タンパク質] 20.8 g [脂質] 8.3 g [炭水化物] 93.9 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 446 kcal [タンパク質] 13.5 g [脂質] 15.7 g [炭水化物] 63.1 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 656 kcal [タンパク質] 26.9 g [脂質] 10.7 g [炭水化物] 110.5 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
<b>昼食</b>							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
<b>夕食</b>	○ミートドリア ○コンソメスープ ○フレンチサラダ ○プリン	○炊き込みご飯 ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○ほうれん草ビーツ和え ○ライチゼリー	○ごはん ○けんちん汁 ○鶏肉の照焼き ○付) オクラ ○白菜の磯和え ○水ようかん	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの磯香焼き ○大根サラダ ○みかんヨーグルト	○ツきのこしバゲティ ○コンソメスープ ○カラフルサラダ ○いちごゼリー		
	[エネルギー] 670 kcal [タンパク質] 23.8 g [脂質] 21.4 g [炭水化物] 91.3 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 616 kcal [タンパク質] 27.5 g [脂質] 14.3 g [炭水化物] 90.1 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 723 kcal [タンパク質] 27.0 g [脂質] 17.9 g [炭水化物] 109.4 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 660 kcal [タンパク質] 29.2 g [脂質] 17.5 g [炭水化物] 90.3 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 633 kcal [タンパク質] 26.1 g [脂質] 20.3 g [炭水化物] 85.8 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g

\*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

# 週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2024年08月05日(月) ~ 2024年08月11日(日)

	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)																																																																					
<b>朝 食</b>	○食パン ○コンソメスープ ○ブレーンオムレツ ○コールスローサラダ ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○切干と高野の煮物 ○ヨーグルト	○ピザトースト ○コンソメスープ ○ジャーマンポテト ○ライチゼリー	○ごはん ○目玉焼き&ウインナー ○ほうれん草の磯和え ○青梅ゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉の味噌付け焼き ○杓苺草とペーコンのソテー ○ヨーグルト																																																																							
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>542 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>19.8 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>19.7 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>76.5 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>4.4 g</td></tr> </table>	エネルギー	542 kcal	タンパク質	19.8 g	脂質	19.7 g	炭水化物	76.5 g	塩分	4.4 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>577 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>34.1 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>5.2 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>94.4 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>3.4 g</td></tr> </table>	エネルギー	577 kcal	タンパク質	34.1 g	脂質	5.2 g	炭水化物	94.4 g	塩分	3.4 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>523 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>19.4 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>15.3 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>76.7 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>4.8 g</td></tr> </table>	エネルギー	523 kcal	タンパク質	19.4 g	脂質	15.3 g	炭水化物	76.7 g	塩分	4.8 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>581 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>18.4 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>17.6 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>84.6 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>1.4 g</td></tr> </table>	エネルギー	581 kcal	タンパク質	18.4 g	脂質	17.6 g	炭水化物	84.6 g	塩分	1.4 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>667 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>36.6 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>13.4 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>97.1 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>4.0 g</td></tr> </table>	エネルギー	667 kcal	タンパク質	36.6 g	脂質	13.4 g	炭水化物	97.1 g	塩分	4.0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分
エネルギー	542 kcal																																																																											
タンパク質	19.8 g																																																																											
脂質	19.7 g																																																																											
炭水化物	76.5 g																																																																											
塩分	4.4 g																																																																											
エネルギー	577 kcal																																																																											
タンパク質	34.1 g																																																																											
脂質	5.2 g																																																																											
炭水化物	94.4 g																																																																											
塩分	3.4 g																																																																											
エネルギー	523 kcal																																																																											
タンパク質	19.4 g																																																																											
脂質	15.3 g																																																																											
炭水化物	76.7 g																																																																											
塩分	4.8 g																																																																											
エネルギー	581 kcal																																																																											
タンパク質	18.4 g																																																																											
脂質	17.6 g																																																																											
炭水化物	84.6 g																																																																											
塩分	1.4 g																																																																											
エネルギー	667 kcal																																																																											
タンパク質	36.6 g																																																																											
脂質	13.4 g																																																																											
炭水化物	97.1 g																																																																											
塩分	4.0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
<b>昼 食</b>																																																																												
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
<b>夕 食</b>	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○キャベツとコーンのサラダ ○ぶどうゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚の野菜あんかけ ○千草和え ○フルーツポンチ	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉の唐揚げおろし ○ブロッコリーサラダ ○ピーチゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚フライ ○いんげんの胡麻和え ○いちごゼリー	○野菜タンメン ○はんぺんバター焼き ○餃子 ○杏仁豆腐																																																																							
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>711 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>21.2 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>18.6 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>112.5 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>5.3 g</td></tr> </table>	エネルギー	711 kcal	タンパク質	21.2 g	脂質	18.6 g	炭水化物	112.5 g	塩分	5.3 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>607 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>27.7 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>8.0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>91.8 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>3.0 g</td></tr> </table>	エネルギー	607 kcal	タンパク質	27.7 g	脂質	8.0 g	炭水化物	91.8 g	塩分	3.0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>788 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>41.5 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>21.3 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>99.6 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>2.4 g</td></tr> </table>	エネルギー	788 kcal	タンパク質	41.5 g	脂質	21.3 g	炭水化物	99.6 g	塩分	2.4 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>639 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>18.0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>13.7 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>108.8 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>2.4 g</td></tr> </table>	エネルギー	639 kcal	タンパク質	18.0 g	脂質	13.7 g	炭水化物	108.8 g	塩分	2.4 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>762 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>37.9 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>14.1 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>109.0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>8.0 g</td></tr> </table>	エネルギー	762 kcal	タンパク質	37.9 g	脂質	14.1 g	炭水化物	109.0 g	塩分	8.0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分	0 g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>エネルギー</td><td>0 kcal</td></tr> <tr><td>タンパク質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>0 g</td></tr> <tr><td>塩分</td><td>0 g</td></tr> </table>	エネルギー	0 kcal	タンパク質	0 g	脂質	0 g	炭水化物	0 g	塩分
エネルギー	711 kcal																																																																											
タンパク質	21.2 g																																																																											
脂質	18.6 g																																																																											
炭水化物	112.5 g																																																																											
塩分	5.3 g																																																																											
エネルギー	607 kcal																																																																											
タンパク質	27.7 g																																																																											
脂質	8.0 g																																																																											
炭水化物	91.8 g																																																																											
塩分	3.0 g																																																																											
エネルギー	788 kcal																																																																											
タンパク質	41.5 g																																																																											
脂質	21.3 g																																																																											
炭水化物	99.6 g																																																																											
塩分	2.4 g																																																																											
エネルギー	639 kcal																																																																											
タンパク質	18.0 g																																																																											
脂質	13.7 g																																																																											
炭水化物	108.8 g																																																																											
塩分	2.4 g																																																																											
エネルギー	762 kcal																																																																											
タンパク質	37.9 g																																																																											
脂質	14.1 g																																																																											
炭水化物	109.0 g																																																																											
塩分	8.0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											
エネルギー	0 kcal																																																																											
タンパク質	0 g																																																																											
脂質	0 g																																																																											
炭水化物	0 g																																																																											
塩分	0 g																																																																											

\* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

# 週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2024年08月12日(月) ~ 2024年08月18日(日)

	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	8月16日(金)	8月17日(土)	8月18日(日)
朝食			○ホットドッグ ○大豆とベコンの洋風煮 ○温野菜サラダ ○牛乳	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉と里芋の煮物 ○三色玉子焼き ○水ようかん	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○竹輪と大根の煮物 ○マスカットゼリー		
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 722 kcal [タンパク質] 31.1 g [脂質] 35.8 g [炭水化物] 70.8 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 696 kcal [タンパク質] 24.4 g [脂質] 14.4 g [炭水化物] 113.8 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 617 kcal [タンパク質] 22.6 g [脂質] 12.2 g [炭水化物] 101.4 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
昼食							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
夕食			○ごはん ○すまし汁 ○厚揚げの味噌炒め ○小松菜の胡麻和え ○ぶどうゼリー	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○キャベツとコンのサラダ ○ライチゼリー	○冷やしきつねうどん ○ちくわ甘辛煮 ○もやしのゆかり和え ○ババロア		
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 595 kcal [タンパク質] 25.2 g [脂質] 8.3 g [炭水化物] 100.8 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 695 kcal [タンパク質] 22.3 g [脂質] 15.7 g [炭水化物] 113.4 g [塩分] 5.6 g	[エネルギー] 750 kcal [タンパク質] 27.8 g [脂質] 7.7 g [炭水化物] 134.3 g [塩分] 5.7 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g

\*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

# 週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2024年08月19日(月) ~ 2024年08月25日(日)

	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)	8月24日(土)	8月25日(日)	
朝食	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉のマヨネーズ焼き ○炒り豆腐 ○りんご	○レーズンパン ○コンソメスープ ○野菜炒め ○プリン	○ごはん ○味噌汁 ○ホッケの塩焼き ○豆腐とひじきの炒煮 ○白桃缶	○ロールパン ○ロールキャベツ ○マカロニサラダ ○いちごヨーグルト	○ごはん ○すまし汁 ○鶏肉の胡麻味噌焼き ○蓮根と薩摩揚げの炒め煮 ○水ようかん			
	[エネルギー] 582 kcal [タンパク質] 24.3 g [脂質] 8.2 g [炭水化物] 99.6 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 362 kcal [タンパク質] 15.5 g [脂質] 10.8 g [炭水化物] 52.1 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 595 kcal [タンパク質] 27.7 g [脂質] 10.6 g [炭水化物] 94.9 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 537 kcal [タンパク質] 18.0 g [脂質] 19.7 g [炭水化物] 72.7 g [塩分] 2.8 g	[エネルギー] 705 kcal [タンパク質] 24.2 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 113.0 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
昼食								
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
夕食	○あんかけ焼きそば ○中華スープ ○もやしのナムル ○フルーツポンチ	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉のトマトソース ○南瓜サラダ ○マスカットゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○豚肉のケチャップ炒め ○カリフラワーサラダ ○ごまプリン	○ビビンバ丼 ○味噌汁 ○しゅうまい ○杏仁豆腐	○ごはん ○コンソメスープ ○キャベツとウインナーのソテー☆ ○ブロッコリーとコンのサラダ ○ぶどうゼリー			
	[エネルギー] 674 kcal [タンパク質] 26.7 g [脂質] 13.2 g [炭水化物] 100.9 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 801 kcal [タンパク質] 29.5 g [脂質] 25.4 g [炭水化物] 112.5 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 641 kcal [タンパク質] 29.8 g [脂質] 11.1 g [炭水化物] 103.7 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 750 kcal [タンパク質] 25.3 g [脂質] 14.7 g [炭水化物] 116.7 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 524 kcal [タンパク質] 11.9 g [脂質] 11.1 g [炭水化物] 92.7 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g

\* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

# 週間予定献立表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2024年08月26日(月) ~ 2024年09月01日(日)

	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)	9月1日(日)
朝 食	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○きんぴらごぼう ○水ようかん	○ごはん ○すまし汁 ○サケの西京焼き ○なすの煮つけ ○オレンジ	○ピザトースト ○ミニメロンパン ○大豆とベーコンの洋風煮 ○ポパイサラダ ○野菜ジュース	○ごはん ○すまし汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○蓮根と薩摩揚げの炒め煮 ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○磯玉子焼き ○大根とツナの煮物 ○いちごヨーグルト		
	[エネルギー] 688 kcal [タンパク質] 26.5 g [脂質] 10.4 g [炭水化物] 119.7 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 591 kcal [タンパク質] 27.4 g [脂質] 15.5 g [炭水化物] 81.1 g [塩分] 1.6 g	[エネルギー] 545 kcal [タンパク質] 29.5 g [脂質] 16.6 g [炭水化物] 70.2 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 519 kcal [タンパク質] 20.5 g [脂質] 2.1 g [炭水化物] 103.5 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 569 kcal [タンパク質] 23.2 g [脂質] 8.5 g [炭水化物] 97.1 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
昼 食							
	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g
夕 食	○ごはん ○味噌汁 ○肉じゃが ○小松菜のごまマヨサラダ ○コーヒーゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○親子煮 ○もやしのお浸し ○杏仁豆腐	○ごはん ○コンソメスープ ○ハンバーグ ○マカロニサラダ ○ババロア	○ごはん ○けんちん汁 ○サバの味噌煮 ○白菜の胡麻和え ○バナナムス	○ごはん ○フライ盛り合わせ ○コンソメスープ ○ブロッコリーとコーンのサラダ ○ヨーグルト		
	[エネルギー] 701 kcal [タンパク質] 30.2 g [脂質] 15.0 g [炭水化物] 107.4 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 721 kcal [タンパク質] 32.5 g [脂質] 17.0 g [炭水化物] 95.2 g [塩分] 3.1 g	[エネルギー] 699 kcal [タンパク質] 21.0 g [脂質] 17.0 g [炭水化物] 112.8 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 830 kcal [タンパク質] 27.1 g [脂質] 33.7 g [炭水化物] 97.7 g [塩分] 2.1 g	[エネルギー] 829 kcal [タンパク質] 23.8 g [脂質] 30.2 g [炭水化物] 113.6 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩分] 0 g

\* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。