

# 週 間 予 定 献 立 表 (はんもっく(朝・夕))

期間： 2024年09月02日(月) ~ 2024年09月08日(日)

	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	9月8日(日)
<b>朝 食</b>	○ホットドッグ ○コンソメスープ ○プレーンオムレツ ○プリン	○ごはん ○味噌汁 ○鶏肉のマヨネーズ焼き ○切干大根の煮物 ○白桃缶	○ごはん ○味噌汁 ○サバの塩焼き ○炒り豆腐 ○水ようかん	○ごはん ○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	○ごはん ○すまし汁 ○サワラの西京焼き ○五目煮豆 ○ヨーグルト		
	[エネルギー] 754 kcal [タンパク質] 33.7 g [脂質] 38.1 g [炭水化物] 72.0 g [塩分] 4.7 g	[エネルギー] 535 kcal [タンパク質] 19.8 g [脂質] 5.3 g [炭水化物] 98.9 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 811 kcal [タンパク質] 30.0 g [脂質] 29.1 g [炭水化物] 100.6 g [塩分] 3.8 g	[エネルギー] 567 kcal [タンパク質] 17.0 g [脂質] 8.7 g [炭水化物] 102.2 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 675 kcal [タンパク質] 38.2 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 93.3 g [塩分] 2.6 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
<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>	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○ゴロウコリの胡麻和え ○ごまプリン	○豚汁うどん ○はんぺんの磯辺焼き ○ごぼうサラダ ○ぶどうゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○鶏肉のトマトソース ○キャベツとコンのサラダ ○フルーツポンチ	○ごはん ○味噌汁 ○肉豆腐 ○ポパイサラダ ○プリン	○中華丼 ○中華スープ ○しゅうまい ○杏仁豆腐		
	[エネルギー] 706 kcal [タンパク質] 25.9 g [脂質] 15.9 g [炭水化物] 112.8 g [塩分] 5.2 g	[エネルギー] 718 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂質] 10.7 g [炭水化物] 117.8 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 816 kcal [タンパク質] 29.4 g [脂質] 26.0 g [炭水化物] 104.6 g [塩分] 5.3 g	[エネルギー] 699 kcal [タンパク質] 34.8 g [脂質] 15.0 g [炭水化物] 100.9 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 704 kcal [タンパク質] 28.8 g [脂質] 12.9 g [炭水化物] 105.1 g [塩分] 3.4 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09月09日(月) ~ 2024年09月15日(日)

	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
朝食	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○はんぺんチーズ焼き ○なすの煮つけ ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○目玉焼き&ウインナー ○切干と高野の煮物 ○ヨーグルト	○ごはん ○すまし汁 ○鶏肉の味噌付け焼き ○たけのこの煮物 ○ライチゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○タンドリーチキン ○村の草とペーコンのソテー ○いちごヨーグルト	○ごはん ○コンソメスープ ○スクランブルエッグ ○温野菜サラダ ○プリン		
	[エネルギー] 575 kcal [タンパク質] 26.0 g [脂質] 14.9 g [炭水化物] 108.7 g [塩分] 3.7 g	[エネルギー] 694 kcal [タンパク質] 24.7 g [脂質] 20.4 g [炭水化物] 99.7 g [塩分] 4.1 g	[エネルギー] 612 kcal [タンパク質] 30.3 g [脂質] 6.8 g [炭水化物] 104.0 g [塩分] 4.5 g	[エネルギー] 640 kcal [タンパク質] 35.6 g [脂質] 14.3 g [炭水化物] 89.4 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 803 kcal [タンパク質] 24.2 g [脂質] 34.0 g [炭水化物] 98.5 g [塩分] 4.1 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
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 ○あんかけ豆腐ハンバーグ ○もやしのゆかり和え ○ぶどうゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの磯香焼き ○高野豆腐の煮物 ○水ようかん	○ごはん ○コンソメスープ ○鮭のクリームソース ○コンコンサラダ ○プリン	○野菜タンメン ○はんぺんバター焼き ○いんげんの胡麻和え ○ぶどうゼリー	○ごはん ○すまし汁 ○厚揚げの味噌炒め ○ツナと白菜の炒め煮 ○ピーチゼリー		
	[エネルギー] 638 kcal [タンパク質] 20.4 g [脂質] 14.6 g [炭水化物] 104.0 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 708 kcal [タンパク質] 29.9 g [脂質] 15.1 g [炭水化物] 105.9 g [塩分] 2.6 g	[エネルギー] 678 kcal [タンパク質] 32.5 g [脂質] 16.7 g [炭水化物] 94.7 g [塩分] 5.7 g	[エネルギー] 623 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂質] 9.0 g [炭水化物] 99.2 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 611 kcal [タンパク質] 28.4 g [脂質] 8.0 g [炭水化物] 100.4 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

\* 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09月16日(月) ~ 2024年09月22日(日)

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)
<b>朝食</b>	○フレンチトースト ○コンソメスープ ○ジャーマンポテト ○ぶどうゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○厚焼き玉子 ○豆腐とひじきの炒煮 ○バナナムース	○ごはん ○すまし汁 ○鶏肉の胡麻味噌焼き ○里芋の鶏そぼろあん ○水ようかん	○ごはん ○味噌汁 ○ブリの照焼き ○大根のそぼろ煮 ○マスカットゼリー	○ロールパン ○ロールキャベツ ○hamとじゃが芋の炒め ○いちごヨーグルト		
	[エネルギー] 714 kcal [タンパク質] 23.3 g [脂質] 16.6 g [炭水化物] 118.2 g [塩分] 4.3 g	[エネルギー] 651 kcal [タンパク質] 35.8 g [脂質] 13.6 g [炭水化物] 93.8 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 699 kcal [タンパク質] 24.2 g [脂質] 14.6 g [炭水化物] 112.5 g [塩分] 3.0 g	[エネルギー] 551 kcal [タンパク質] 18.7 g [脂質] 10.2 g [炭水化物] 95.3 g [塩分] 2.5 g	[エネルギー] 502 kcal [タンパク質] 19.2 g [脂質] 17.7 g [炭水化物] 69.0 g [塩分] 2.2 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>	○ごはん ○味噌汁 ○豚肉の柳川風 ○青菜のピーナツ和え ○コーヒーゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○フライ盛り合わせ ○カラフルサラダ ○フルーチェ	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚の野菜あんかけ ○ほうれん草のお浸し ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○豚肉の生姜焼き ○ブロッコリーマヨネーズ和え ○ババロア	○ごはん ○すまし汁 ○サワラの西京焼き ○切干大根の煮物 ○オレンジゼリー		
	[エネルギー] 643 kcal [タンパク質] 25.8 g [脂質] 12.7 g [炭水化物] 104.4 g [塩分] 2.7 g	[エネルギー] 848 kcal [タンパク質] 18.6 g [脂質] 29.4 g [炭水化物] 124.9 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 517 kcal [タンパク質] 28.0 g [脂質] 3.0 g [炭水化物] 90.4 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 541 kcal [タンパク質] 20.5 g [脂質] 8.2 g [炭水化物] 94.9 g [塩分] 1.8 g	[エネルギー] 629 kcal [タンパク質] 28.8 g [脂質] 13.2 g [炭水化物] 92.7 g [塩分] 1.7 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09月23日(月) ~ 2024年09月29日(日)

	9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)
<b>朝 食</b>	○ごはん ○味噌汁 ○野菜炒め ○炒り豆腐 ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○タンドリーチキン ○ホウレン草とベーコンのソテー ○プリン	○ピザトースト ○コンソメスープ ○ミートオムレツ ○バナナムース	○ごはん ○すまし汁 ○ホキの胡麻味噌焼き ○大根のそぼろ煮 ○マスカットゼリー	○ごはん ○味噌汁 ○サワラの幽庵焼 ○ポパイサラダ ○ババロア		
	[エネルギー] 561 kcal [タンパク質] 23.0 g [脂質] 10.0 g [炭水化物] 92.1 g [塩分] 2.9 g	[エネルギー] 630 kcal [タンパク質] 34.5 g [脂質] 13.5 g [炭水化物] 89.6 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 509 kcal [タンパク質] 20.7 g [脂質] 18.2 g [炭水化物] 65.7 g [塩分] 4.4 g	[エネルギー] 469 kcal [タンパク質] 19.6 g [脂質] 1.3 g [炭水化物] 94.7 g [塩分] 2.0 g	[エネルギー] 629 kcal [タンパク質] 27.0 g [脂質] 14.3 g [炭水化物] 94.6 g [塩分] 2.5 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>	○ごはん ○味噌汁 ○白身魚のバター醤油 ○マカロニサラダ ○ミルクプリン	○海鮮焼きそば ○中華スープ ○ほうれん草のナムル ○杏仁豆腐	○ハヤシライス ○コンソメスープ ○フレンチサラダ ○みかんヨーグルト	○ミートドリア ○コンソメスープ ○ブロッコリーのシーザーサラダ ○ババロア	○カレーうどん ○ちくわ甘辛煮 ○小松菜の胡麻和え ○水ようかん		
	[エネルギー] 642 kcal [タンパク質] 25.0 g [脂質] 12.2 g [炭水化物] 103.7 g [塩分] 2.3 g	[エネルギー] 666 kcal [タンパク質] 27.6 g [脂質] 11.4 g [炭水化物] 104.3 g [塩分] 3.5 g	[エネルギー] 689 kcal [タンパク質] 23.1 g [脂質] 15.9 g [炭水化物] 110.3 g [塩分] 5.0 g	[エネルギー] 611 kcal [タンパク質] 21.7 g [脂質] 14.0 g [炭水化物] 96.9 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 701 kcal [タンパク質] 28.1 g [脂質] 12.3 g [炭水化物] 112.8 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09月30日(月) ~ 2024年10月06日(日)

	9月30日(月)	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)
朝食	○ホットドッグ ○大豆とベーコンの洋風煮 ○温野菜サラダ ○ヨーグルト	○ごはん ○味噌汁 ○目玉焼き ○豆腐とひじきの炒煮 ○バナナムース	○ロールパン ○コンソメスープ ○プレーンオムレツ ○キャベツのごまサラダ ○青梅ゼリー	○ごはん ○すまし汁 ○サワラおろし煮 ○小松菜のピーナツ和え ○青りんごゼリー	○ごはん ○納豆 ○味噌汁 ○オープンオムレツ ○竹輪と大根の煮物 ○水ようかん		
	[エネルギー] 685 kcal [タンパク質] 30.0 g [脂質] 31.1 g [炭水化物] 73.1 g [塩分] 3.3 g	[エネルギー] 644 kcal [タンパク質] 21.1 g [脂質] 17.3 g [炭水化物] 99.1 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 478 kcal [タンパク質] 17.9 g [脂質] 19.9 g [炭水化物] 61.5 g [塩分] 3.4 g	[エネルギー] 510 kcal [タンパク質] 19.4 g [脂質] 7.7 g [炭水化物] 90.1 g [塩分] 1.6 g	[エネルギー] 665 kcal [タンパク質] 22.4 g [脂質] 11.6 g [炭水化物] 115.1 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 ○鶏のクリームソース ○ポテトサラダ ○プリン	○ごはん ○中華スープ ○オイスター炒め ○春雨サラダ ○いちごゼリー	○ごはん ○コンソメスープ ○ポークチャップ ○ブロッコリーとツナのサラダ ○ブルーチェ	○味噌野菜ラーメン ○はんぺんバター焼き ○もやしのゆかり和え ○イチゴムース	○ごはん ○コンソメスープ ○ハンバーグ デミソース ○キャベツとコンのサラダ ○マスカットゼリー		
	[エネルギー] 741 kcal [タンパク質] 32.9 g [脂質] 20.2 g [炭水化物] 102.3 g [塩分] 4.8 g	[エネルギー] 660 kcal [タンパク質] 26.7 g [脂質] 14.1 g [炭水化物] 102.4 g [塩分] 2.2 g	[エネルギー] 656 kcal [タンパク質] 35.7 g [脂質] 11.6 g [炭水化物] 99.2 g [塩分] 3.6 g	[エネルギー] 685 kcal [タンパク質] 37.1 g [脂質] 16.0 g [炭水化物] 96.3 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 660 kcal [タンパク質] 18.5 g [脂質] 15.1 g [炭水化物] 110.1 g [塩分] 4.4 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。