

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

010 : 常食 (介福)

10月19日(月)		10月20日(火)		10月21日(水)		10月22日(木)		10月23日(金)		10月24日(土)		10月25日(日)	
昼	A	軟飯130g 鶏の竜田揚げ パッパム-(ホニ) ひじきの炒煮 けんちん汁 刻み高菜漬け	軟飯130g キーマカレー 春雨サラダ 添・和風パッパム 林檎ゼリー 福神漬	軟飯130g 白身魚パッパム焼 豆腐サラダ1/8 添・ごま油パッパム マカロニグラタン みそ汁(里辛・葱) 昆布佃煮	軟飯130g 豆腐パッパム和風ソース エビ切干大根煮 二色オクラ 添・パッパム(10) 味噌汁(南瓜・葱) 刻みしば漬け	軟飯130g 赤魚の煮魚(里芋) 大根生姜酢和え 小うどん(花麩) 杏仁豆腐(桃) しその実漬け	軟飯130g 鶏のムニエル 添・パッパム ミモザサラダ 添・パッパムP ヨーグルト和え(ミカ) 豚汁(サバ) ピーマン漬	軟飯130g 親子丼 豆腐の中華あん 抹茶ゼリー小豆のせ 味噌汁(花麩) 刻み高菜漬け					
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 512 kcal 19.9 g 19.2 g 3.2 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 508 kcal 18.6 g 14.9 g 2.8 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 504 kcal 21.6 g 18.5 g 4.0 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 535 kcal 20.3 g 19.3 g 3.6 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 476 kcal 21.4 g 6.6 g 2.9 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 501 kcal 23.0 g 14.5 g 2.9 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 497 kcal 25.7 g 9.2 g 3.9 g					
15時	A	しつとり饅頭(吹雪)	マヨネーズパッパム	やわらかおokaきな粉	レモンムース	田舎饅頭	クリームパッパム	黒糖まんじゅう					
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 50 kcal 2.2 g 2.0 g 0.1 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 96 kcal 1.4 g 5.0 g 0.1 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 59 kcal 0.9 g 3.6 g 0.1 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 55 kcal 0.5 g 3.2 g 0.0 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 70 kcal 1.6 g 0.1 g 0.0 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 87 kcal 2.2 g 5.1 g 0.0 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 52 kcal 1.0 g 0.1 g 0.1 g					

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

010 : 常食(介福)

10月26日(月)		10月27日(火)		10月28日(水)		10月29日(木)		10月30日(金)		10月31日(土)		11月 1日(日)	
昼	A	軟飯130g 白身魚胡麻焼 ワカメト煮 三度のこま和え かき卵汁(人参) しその実漬け	軟飯130g 豚のおろしあん ビーフ中華炒め煮 冷奴1/8 添ししょうゆパッパ 味噌汁(ワサビ・ネギ) ピーマン漬	軟飯130g 鯖のみそ煮(三度) 二色ナムル 白菜ゆかり和え 清汁(豆腐) しその実漬け	軟飯130g チキカレー 大豆サラダ(ネギ) 添・青じそパプリカ 林檎ゼリー 福神漬	軟飯130g 鰻魚の香味リース 五目和え物 ササヒとリゾ甘煮 みそ汁(ネギ・ネギ) ピーマン漬	軟飯130g ビーフカレー 大根サラダ 添・和風パプリカパッパ 南瓜プリン70	軟飯130g 鶏のバークレー サラダ(錦糸卵) 添・ルバカミ(ネギ) 杏仁豆腐 コーンスープ 刻み高菜漬け					
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量					
15時	A	抹茶プリン	ヨーヨー汁	よもぎまんじゅう	アボカド(カボチ入)Fe	どら焼(抹茶あん)	ヨーヨーリ(ジュウエ付)	たいまんじゅう					
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量					

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

060 : おまじり食A(介福)

10月19日(月)		10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)	10月24日(土)	10月25日(日)
昼	A 全粥300g チキンカレー 豆腐中華煮 南瓜のポタージュ② たいみそP	全粥300g 炒り豆腐③ 里芋と野菜の煮物(鯖) オレンジゼリー・ かつおみそ	全粥300g 卵とササミの洋風煮② 大根のくず煮② パラーザリリ(C)・ のりつく	全粥300g 入湯ノリ(魚) クリーム煮(ジャガイモ 芋) 彩り野菜エビクリーム・ たいみそP	全粥300g 蟹とお野菜の豆乳煮 鶏肉じゃが ナリ のりつく	全粥300g ソーポーカー① かにと野菜の煮物 パラーザリリ(C)・ たいみそP	全粥300g チキンシチュー② 大根くず煮② ケリビータタージュ② 梅びしお
	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 471 kcal 18.3g 7.3g 2.7g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 430 kcal 18.8g 4.5g 2.5g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 508 kcal 21.7g 10.5g 2.4g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 483 kcal 18.8g 7.3g 2.6g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 467 kcal 21.7g 6.7g 2.5g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 482 kcal 22.8g 4.8g 1.8g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 422 kcal 18.2g 4.9g 2.9g
15時	A 7和デザート エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 28 kcal 0.9g 0.0g 0.0g	7和デザート エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 51 kcal 0.1g 0.0g 0.1g	青梅デザート エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 35 kcal 1.2g 0.0g 0.0g	レモンムース エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 55 kcal 0.5g 3.2g 0.0g	ラズベリー エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 30 kcal 0.0g 0.0g 0.1g	豆乳ナリ エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 50 kcal 2.2g 2.0g 0.1g	水ようかん エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 103 kcal 1.6g 0.1g 0.1g

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

060 :おまじり食A(介福)

		10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)	11月 1日(日)
昼	A	全粥300g 茶碗蒸(ほうれん草) コーンの中華風煮 ココアの豆乳ゼリーのりつく	全粥300g 鯉のチヂリ-③ 蟹のみそ煮 パコゾリ(C)・かつおみそ	全粥300g おろし煮魚 蟹と野菜の煮浸し オレソジゼリーのりつく	全粥300g チキンカレー ゲリビ-スクリ-ミ-ス-ジ② パコゾリ(C)・たいみそP	全粥300g 茶碗蒸し かにと野菜の煮物② パコゾリ (CA)・梅びしお	全粥300g 京風みそ煮(魚) 大根の柚子煮⑤ 鯖チヂリ50のりつく	全粥300g 卵とじ(貝柱) ゲリビ-スクリ-ミ-ス-ジ③ フルーチェ(苺) たいみそP
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量
		448 kcal 18.7g 7.0g 2.2g	525 kcal 20.5g 11.3g 2.0g	379 kcal 20.8g 1.0g 2.2g	536 kcal 21.8g 7.4g 2.2g	497 kcal 19.1g 13.3g 2.0g	401 kcal 19.1g 1.2g 2.6g	484 kcal 19.5g 9.8g 2.6g
15時	A	抹茶ドリンク	パコゾリ	きなこゾリ(40)	鯖チヂリ50	パコゾリ	コーヒ-ゼリ-(7W)エ付)	黒ごまドリンク(40)
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量
		52 kcal 0.1g 0.1g 0.0g	66 kcal 0.8g 4.1g 0.1g	87 kcal 2.2g 5.1g 0.0g	35 kcal 1.2g 0.0g 0.0g	44 kcal 0.1g 0.0g 0.0g	53 kcal 0.4g 1.0g 0.0g	50 kcal 2.2g 2.0g 0.1g

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

070 :やわらか食A(介福)

	10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)	10月24日(土)	10月25日(日)
昼	A 全粥250g 卵豆腐 海苔鰯かけ お野菜のみそ和え ﾊﾞｰﾌﾞﾗﾝ(ｶｵ)・ けんちん汁① たいみそP	全粥250g 豆腐の中華鰯かけ 炊合せ(芋ミ) ｺｰｸﾞﾙ和え(黄桃) ｺﾝｸﾞｽｰﾌﾟ(玉葱) かつおみそ	全粥250g 豆腐の味噌鰯かけ ｸﾗﾌﾞﾔｸﾞ- お浸し(ｷｬﾍﾞﾂ)③ 味噌汁(里芋) のりつく	全粥250g 空也蒸の白味噌かけ 野菜ｺﾝｸﾞﾙｰﾒ煮 ｵﾚﾝｼﾞｾﾘｰ- 味噌汁(南瓜) たいみそP	全粥250g 豆腐 和風鰯ﾈｰｽ 炊き合わせ ﾌﾞﾗﾝ 清汁(白菜人参) のりつく	全粥250g 鶏のﾎｲﾄｰｽ添え 炒め煮(貝柱) ぶどうゼリー- 味噌汁(じゃが芋)② たいみそP	全粥250g 味噌あん(魚) 炊き寄せ煮(厚焼) ﾊﾞｰﾌﾞﾗﾝ(ｵ)・ 味噌汁(ﾀﾞｲｺﾞ)② 梅びしお
	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量
	505 kcal 19.9 g 15.1 g 3.1 g	431 kcal 17.4 g 6.2 g 2.9 g	437 kcal 18.6 g 7.5 g 3.3 g	461 kcal 17.0 g 7.8 g 3.1 g	452 kcal 21.5 g 7.4 g 2.7 g	470 kcal 22.2 g 10.1 g 2.7 g	485 kcal 25.9 g 5.0 g 3.6 g
15時	A 7ﾎﾟﾝﾃﾘｰ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	ｸﾞﾚｰﾌﾞｽﾞﾘｰ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	青梅ﾃﾞﾘｰ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	ｼﾓﾝﾑｰｽ エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	ﾗｯﾌﾟｽﾃﾞｰﾘｰ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	豆乳ﾌﾞﾗﾝ エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	氷ようかん エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量
	28 kcal 0.9 g 0.0 g 0.0 g	51 kcal 0.1 g 0.0 g 0.1 g	35 kcal 1.2 g 0.0 g 0.0 g	55 kcal 0.5 g 3.2 g 0.0 g	30 kcal 0.0 g 0.0 g 0.1 g	50 kcal 2.2 g 2.0 g 0.1 g	103 kcal 1.6 g 0.1 g 0.1 g

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

070 :やわらか食A(介福)

	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)	11月 1日(日)
昼	A 全粥250g 鮭 刺(トリ)-ス 中華スー-プ煮(貝柱) パ-ラ-リ (CA)・ かき卵汁②	全粥250g 和風あん(魚) 刺(草)-ス-プ煮 3-ダ-ル和え(白桃 味噌汁 (キハ-リ) かつおみそ	全粥250g れい 刺(トリ)-スかけ 吉野煮(厚焼) トリ-ダ-ル-リ② けんちん汁7 のりつく	全粥250g 紅葉煮あん(魚) うま煮(貝・里芋)② ぶどうゼリー・ 中華ス-プ(白・人) たいみそP	全粥250g 豆腐の味噌鍋かけ 中華風ス-プ煮(カ-) オレ-ンジゼリー・ 味噌汁(ダ-ル)② 梅びしお	全粥250g 豚肉 京風あんかけ 大根の煮物② か-キ-リ50 コリ-ス-プ(玉葱) のりつく	全粥250g オムレツ中華あん うま煮(貝・里芋)② パ-ラ-リ (CA)・ クリ-ム-ダ-ジ 1/2 たいみそP
	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 550 kcal 22.5g 21.4g 2.4g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 453 kcal 22.9g 5.4g 3.2g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 439 kcal 18.0g 7.9g 3.0g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 410 kcal 20.7g 1.2g 2.9g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 400 kcal 19.0g 5.8g 3.5g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 430 kcal 20.2g 9.3g 3.3g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 566 kcal 21.9g 17.8g 2.4g
15時	A 抹茶フリ-ン エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 52 kcal 0.1g 0.1g 0.0g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 66 kcal 0.8g 4.1g 0.1g	きなこダ-リ (40) エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 87 kcal 2.2g 5.1g 0.0g	か-キ-リ50 エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 35 kcal 1.2g 0.0g 0.0g	パ-ラ-リ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 44 kcal 0.1g 0.0g 0.0g	コ-レ-リ-(7リッ付) エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 53 kcal 0.4g 1.0g 0.0g	黒ごまフリ-ン (40) エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 50 kcal 2.2g 2.0g 0.1g