

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

010 : 常食 (介福)

	11月 2日 (月)	11月 3日 (火)	11月 4日 (水)	11月 5日 (木)	11月 6日 (金)	11月 7日 (土)	11月 8日 (日)
昼	A 軟飯130g 赤魚チリツリ焼 あんかけ豆腐 ピクルス 清汁 (切葱・葱) 昆布佃煮	軟飯130g 炊き込み寿司 白身魚と海老カツ 添・カツ・ツナ・ツナ 線ごま和え (大根) 清汁 (ツリツ)	軟飯130g 鶏肉のオマージュ焼 添・カツ・ツナ・ツナ 八宝菜風 パッパツ (70) コッパツ (卵) ピーマンソシ	軟飯130g 揚焼魚の鯉かいた 五目酢の物 (卵) キハツの磯和え 味噌汁 (豆腐ねぎ) 刻みしば漬け	軟飯130g 白身魚豆乳カキ・ムナ 麻婆豆腐 ひじきツツツツ 中華スープ (春雨) 刻み高菜漬け	軟飯130g そぼろ丼 (肉卵) そぼろ丼 (ホリ草) 白和え 大根卸し中華スー プ・チニツパツ	軟飯130g 鶏の竜田揚げ パッパツ (ホニ) ひじきの炒煮 けんちん汁 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
	424 kcal 20.2 g 10.2 g 3.0 g	552 kcal 21.3 g 18.9 g 3.6 g	563 kcal 29.7 g 17.0 g 3.5 g	492 kcal 20.3 g 16.8 g 3.6 g	538 kcal 27.5 g 21.4 g 3.7 g	448 kcal 19.0 g 13.9 g 3.1 g	512 kcal 19.9 g 19.2 g 3.2 g
B	全粥250 g 雑炊 (卵) 白身魚と海老カツ 添・カツ・ツナ・ツナ 線ごま和え (大根) 清汁 (ツリツ)	535 kcal 20.3 g 18.3 g 3.5 g					
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量					
15時	A ミニカツ (Ga)	もみじ饅頭	ミニ饅頭	やわらかおかき	きんつば	豆乳・ツツツ	しつとり饅頭 (炊雪)
	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
	66 kcal 2.3 g 3.7 g 0.1 g	94 kcal 2.0 g 0.9 g 0.1 g	52 kcal 1.0 g 0.1 g 0.0 g	56 kcal 0.3 g 3.5 g 0.2 g	86 kcal 1.3 g 0.1 g 0.0 g	59 kcal 0.4 g 2.6 g 0.0 g	50 kcal 2.2 g 2.0 g 0.1 g

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

010 : 常食(介福)

		11月 9日(月)	11月10日(火)	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月15日(日)
屋	A	軟飯130g キーマカリー 春雨サラダ 添・和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞﾊﾞｯｸ 林檎ﾃﾞﾘｰ 福神漬	軟飯130g 白身魚ﾌｻﾎｰｽﾞ焼 豆腐サﾗﾀﾞ1/8 添・ｺﾞﾂ醤油ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ ﾍﾞｶﾛﾆｰｸﾞﾗﾀﾝ みそ汁(里芋・葱) 昆布佃煮	軟飯130g 豆腐ﾊﾞｰｸﾞ和風ﾂｰｽﾞ ﾈﾂ切干大根煮 二色ﾗｸﾞ 添・ﾌｻﾎｰｽﾞﾊﾞｯｸ(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・ｸﾅﾀﾞｰｽﾊﾞｯｸ ﾐﾓｻﾗﾀﾞ 添・ｼﾞｬｰﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞP ﾖｸﾞﾙﾄ和え(ﾐｶ) 豚汁(ｲﾁﾁﾔ) ﾋﾞｰﾌﾝ漬	軟飯130g 親子丼 豆腐の中巻あん 抹茶ﾍﾞﾘｰ小豆のせ 味噌汁(花麩ｸﾏ) 刻み高菜漬け	軟飯130g 白身魚胡麻焼 ﾍﾞｶﾛﾆｰﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 三度のごま和え かき卵汁(人参) しその実漬け
		エネルギー たんぱく質 18.6g 脂 14.9g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 504kcal たんぱく質 21.6g 脂 18.5g 食塩相当量 4.0g	エネルギー 535kcal たんぱく質 20.3g 脂 19.3g 食塩相当量 3.6g	エネルギー 476kcal たんぱく質 21.4g 脂 6.6g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 501kcal たんぱく質 23.0g 脂 14.5g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 497kcal たんぱく質 25.7g 脂 9.2g 食塩相当量 3.9g	エネルギー 401kcal たんぱく質 22.4g 脂 6.5g 食塩相当量 2.8g
15時	A	ﾌ｛ﾛｯｸﾞ-ﾙﾝｸﾞ エネルギー 96kcal たんぱく質 1.4g 脂 5.0g 食塩相当量 0.1g	エネルギー 59kcal たんぱく質 0.9g 脂 3.6g 食塩相当量 0.1g	エネルギー 55kcal たんぱく質 0.5g 脂 3.2g 食塩相当量 0.0g	エネルギー 70kcal たんぱく質 1.6g 脂 0.1g 食塩相当量 0.0g	エネルギー 87kcal たんぱく質 2.2g 脂 5.1g 食塩相当量 0.0g	エネルギー 52kcal たんぱく質 1.0g 脂 0.1g 食塩相当量 0.1g	抹茶ﾌﾞﾘﾝ エネルギー 52kcal たんぱく質 0.1g 脂 0.1g 食塩相当量 0.0g
					田舎饅頭	ｸﾘｰﾑｺﾌﾞﾚ	黒糖まんじゅう	

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

060 :おまじり食A(介福)

		11月 2日(月)	11月 3日(火)	11月 4日(水)	11月 5日(木)	11月 6日(金)	11月 7日(土)	11月 8日(日)
昼	A	全粥300g 鶏のムネ肉① 野菜コンソメ煮 パテ② のりつく	全粥300g 血蒸し② 里芋のそぼろ煮③ 野菜クリーム煮・ たいみそP	全粥300g カニと卵の中華煮 オムレツと野菜の柚子煮 パテ② 梅びしお	全粥300g クリーム煮(パテ) かにと野菜の煮物② パテ② かつおみそ	全粥300g 魚の紅葉煮 じゃが芋の煮物2 パテ② たいみそP	全粥300g 鮭と卵のオムレツ② 蟹のみそ煮② パテ② のりつく	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
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 561 kcal 21.2 g 9.8 g 2.3 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 499 kcal 20.5 g 11.6 g 2.8 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 501 kcal 20.2 g 13.8 g 2.7 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 507 kcal 21.3 g 7.1 g 2.1 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 529 kcal 25.3 g 9.3 g 2.4 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 518 kcal 23.5 g 11.3 g 2.4 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 471 kcal 18.3 g 7.3 g 2.7 g
15時	A	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 42 kcal 1.4 g 0.0 g 0.0 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 103 kcal 1.6 g 0.1 g 0.1 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 34 kcal 0.8 g 0.7 g 0.1 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 66 kcal 0.9 g 4.2 g 0.1 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 58 kcal 0.9 g 0.9 g 0.0 g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 59 kcal 0.4 g 2.6 g 0.0 g	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

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

060 : おまじり食A(介福)

		11月 9日(月)	11月10日(火)	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月15日(日)
昼	A	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 パンプキン(C)・ のりつく	全粥300g スロウコック(魚) クリーム煮(シヤナ芋) 彩り野菜コリマス-ブ たいみそP	全粥300g 蟹とお野菜の豆乳煮 鶏肉じゃが ブリン	全粥300g ソートカル-① かにと野菜の煮物 パンプキン(C)・ たいみそP	全粥300g チキンソテー② 大根くず煮② ケリビ-ズホク-ジエ② 梅びしお	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
		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	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 448 kcal 18.7g 7.0g 2.2g
15時	A	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 51 kcal 0.1g 0.0g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 35 kcal 1.2g 0.0g 0.0g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 55 kcal 0.5g 3.2g 0.0g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 30 kcal 0.0g 0.0g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 50 kcal 2.2g 2.0g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 103 kcal 1.6g 0.1g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 52 kcal 0.1g 0.1g 0.0g
		デザート	苺ゼリー	レモンムース	カラシゼリー	豆乳プリン	水ようかん	抹茶プリン

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

070 :やわらか食A(介福)

星		11月 2日(月)	11月 3日(火)	11月 4日(水)	11月 5日(木)	11月 6日(金)	11月 7日(土)	11月 8日(日)
A		全粥250g 味噌あん(魚) 吹き寄せ煮(厚焼) ヨーグルト和え(桃)・ス 清汁(里芋) のりつく	全粥250g 卵とじ(貝柱) 吉野煮(ｼﾝｼﾞ ｺﾅ) ﾄﾚﾌﾌﾞｼﾞﾝﾃﾞﾘｰ② けんちん汁① たいみそP	全粥250g 野菜和風あん(魚) うま煮(貝・里芋)② ぶどうゼリー・ ｺﾝｸﾞﾙｰﾌﾞ(玉葱) 梅びしお	全粥250g 空也煮 味噌かけ 中華風ｽｰﾌﾞ煮(ｶﾆ) オレﾝｼﾞゼリー・ 味噌汁(ﾀﾞｲｺﾝ)② かつおみそ	全粥250g ﾈﾙﾂ ｸﾏﾂｰｽ添え 吹き寄せ煮(ｼﾝｼﾞ ｺﾅ) ﾊﾞｰﾌﾞﾘﾝ (GA)・ 中華ｽｰﾌﾞ(豆腐)	全粥250g 和風あん(魚) キャベツの和え物 ｺｰﾝｽｰﾌﾞ煮 大根おろし中華ｽｰﾌﾞ のりつく	全粥250g 卵豆腐 海苔鰯かけ お野菜のみそ和え ﾊﾞｰﾌﾞﾘﾝ (GA)・ けんちん汁① 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
		446 kcal 21.9 g 3.2 g 2.9 g	440 kcal 17.4 g 6.1 g 3.2 g	385 kcal 20.0 g 1.0 g 3.1 g	391 kcal 18.7 g 7.2 g 3.2 g	547 kcal 22.7 g 17.4 g 2.8 g	377 kcal 20.6 g 2.9 g 4.1 g	505 kcal 19.9 g 15.1 g 3.1 g
15時	A	ヨーグルトサ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	水ようかん エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	北海道牛乳ﾌﾞﾘﾝ エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	ﾌｻｺｰﾄﾞｽ エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	お茶ﾌﾞﾘﾝ エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	豆乳ﾌﾞﾗﾝｼﾞ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量	ﾌﾞﾛｯﾃﾞﾘ- エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量
		42 kcal 1.4 g 0.0 g 0.0 g	103 kcal 1.6 g 0.1 g 0.1 g	34 kcal 0.8 g 0.7 g 0.1 g	66 kcal 0.9 g 4.2 g 0.1 g	58 kcal 0.9 g 0.9 g 0.0 g	59 kcal 0.4 g 2.6 g 0.0 g	28 kcal 0.9 g 0.0 g 0.0 g

☆☆☆ 週間献立表 ☆☆☆

070 : やわらか食A(介福)

		11月 9日(月)	11月10日(火)	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月15日(日)
昼	A	全粥250g 豆腐の中華餡かけ 炊合せ(ササミ) ヨーグルト和え(黄桃) コリナズ(玉葱) かつおみそ	全粥250g 豆腐の味噌餡かけ クハヤザダ- お浸し(サバウリ)③ 味噌汁(里芋) のりつく	全粥250g 空也蒸の白味噌かけ 野菜コンソールム煮 オレンジゼリー・ 味噌汁(南瓜) たいみそP	全粥250g 豆腐 和風魚介ソース 炊き合わせ アリ 清汁(白菜人参) のりつく	全粥250g 鶏の和ソース添え 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) 吹き寄せ煮(厚焼) パフアリ(C)・ 味噌汁(タコ)② 梅びしお	全粥250g 鮭 和ソース 中華スー煮(貝柱) パフアリ(CA)・ かき卵汁② のりつく
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 431 kcal 17.4g 6.2g 2.9g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 437 kcal 18.6g 7.5g 3.3g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 461 kcal 17.0g 7.8g 3.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 452 kcal 21.5g 7.4g 2.7g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 470 kcal 22.2g 10.1g 2.7g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 485 kcal 25.9g 5.0g 3.6g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 562 kcal 22.8g 21.5g 2.8g
15時	A	グレイゼリー	青梅ゼリー	レモンムース	ラズベリー	豆乳アリ	水ようかん	抹茶アリ
		エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 51 kcal 0.1g 0.0g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 35 kcal 1.2g 0.0g 0.0g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 55 kcal 0.5g 3.2g 0.0g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 30 kcal 0.0g 0.0g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 50 kcal 2.2g 2.0g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 103 kcal 1.6g 0.1g 0.1g	エネルギー たんぱく質 脂 食塩相当量 52 kcal 0.1g 0.1g 0.0g