



区分	08/25(日)	08/26(月)	08/27(火)	08/28(水)	08/29(木)	08/30(金)	08/31(土)
朝食	食パン ウイナーと野菜のソテー 果物(バナナ) ブルーベリージャム 牛乳	ごはん 鶏肉の炭火焼 ほうれん草の白和え ふりかけ(鮭) みそ汁	菓子パン 温野菜サラダ(塩麹ドレッシング和え) 果物(みかん) 牛乳	ごはん 豆腐のそぼろあん 春菊とゆばの煮びたし ふりかけ(たらこ) みそ汁	プチデニッシュ プチグラタン 果物(オレンジ) 型抜きチーズ 牛乳	ごはん 越前玉子巻き 大根のそぼろ煮 漬物(たくあん) みそ汁	バターロール いんげんと鶏肉のサラダ 果物(マンゴー) いちごジャム 牛乳
昼食	ごはん 鶏肉のマスタード焼き (ジャーマンポテト) 大根サラダ コンソメスープ ソファール(ストロベリー)	サラダうどん(豆乳スープ) 冬瓜と生麩の煮物 牛乳 ドームケーキ	ごはん 鶏肉の香草パン粉焼き、マリネサラダ コンソメ煮 ガスパッチョ 果物(グレープフルーツ) ヤクルト	お好み焼き きゅうりとわかめのポン酢和え 牛乳 果物(ぶどう)	まぐろの唐揚げ丼(ネギソース) 人参の白和え 豚汁 果物(パイナップル) ヤクルト	冷やしとろろそば 豆腐の野菜あんかけ 牛乳 どら焼き(カスタード)	ごはん 鶏肉のピザ風 (ソテー) ヨーグルトサラダ コンソメスープ ソファール元気ヨーグルト
夕食	ごはん ヒレカツ (付け合せ) 野菜ときこのごま和え みそ汁	ごはん ポークチャップ 付け合せ(レタス) 切り干し大根のサラダ みそ汁	ごはん 鶏肉の梅ソース (じゃが芋炒め) 茄子の辛子和え みそ汁	ごはん 豚冷しゃぶの粒マスタードソース 野菜のおかか和え みそ汁	ごはん 鶏肉の田楽味噌焼き (磯辺和え) 大根としらすの酢の物 とろろ昆布汁	ごはん 豚肉のオイスターソース炒め キャベツの中華和え 中華スープ	ごはん エビフライ 付け合せ 茄子と豚肉の炒り煮 みそ汁
合計	E:1474kcal た:55.5g 脂:43.2g 塩:6.3g	E:1452kcal た:62g 脂:35.1g 塩:11.6g	E:1487kcal た:64.7g 脂:37g 塩:6.2g	E:1473kcal た:58.7g 脂:56.1g 塩:8.9g	E:1493kcal た:65.1g 脂:44.3g 塩:8.5g	E:1488kcal た:61.8g 脂:37g 塩:13g	E:1481kcal た:58.9g 脂:43.7g 塩:6.1g

E:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 塩:食塩相当量

