
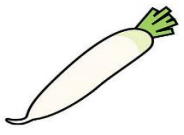
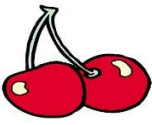






献立表

障害者支援施設新光苑

区分	朝	昼	夕	合計
5/25(月)	ごはん 納豆 炒り卵 梅干し みそ汁 	釜たまそぼろうどん 人参の胡麻和え、はちみつ風味 牛乳 メロンムース	しらすバター醤油ごはん 豆腐と帆立の旨煮 ブロッコリーの辛子和え みそ汁	I:1469kcal た:60.3g 脂:44.2g 塩:16.5g
5/26(火)	菓子パン ほうれん草とえのきのソテー 果物(みかん) 牛乳	ごはん さばの味噌煮 きゅうりと鶏ささみのポン酢和え さつま汁 果物(グレープフルーツ) ヤクルト	ごはん ゆで豚と生野菜、 わさびマヨネーズ(冷菜) 大根の含め煮 みそ汁 	I:1491kcal た:64.2g 脂:37.7g 塩:5.8g
5/27(水)	ごはん 肉の大和煮 わさび菜のお浸し かけておいしい卵 みそ汁	チキンカレー キャベツのマスタードサラダ 牛乳 果物(さくらんぼ) 	ごはん 豚肉と野菜のごま豆乳煮 大根の辛み和え みそ汁	I:1483kcal た:67g 脂:36.1g 塩:7.9g
5/28(木)	プチデニッシュ 豆腐チキンボール 果物(オレンジ) 型抜きチーズ 牛乳 	ばくだん丼 キャベツの干草漬け 豚汁 果物(パイナップル) ヤクルト	ごはん ヤンニョムチキン風 (もやしの炒め物) いんげんのナムル わかめスープ	I:1465kcal た:72.2g 脂:42.2g 塩:8.4g
5/29(金)	ごはん 玉子豆腐 味付きめかぶ 辛子明太子 みそ汁	和風きのこパスタ 彩りピクルス 牛乳 ぶどうゼリー 	ごはん 豆腐のチャンプルー きゅうりの生姜酢 みそ汁	I:1490kcal た:60.4g 脂:46.4g 塩:9.2g
5/30(土)	ロールパン コンビネーションオムレツ 果物(マンゴー) アップルジャム 牛乳	ごはん タンドリーチキン (人参のきんぴら) きゅうりと錦糸卵のサラダ 実だくさん汁 ソフル (ストロベリー)	ごはん 白身魚フライ (いんげんとちくわの炒り煮) キャベツとかにかまのコールスローサラダ みそ汁 	I:1490kcal た:60g 脂:45.2g 塩:7g
5/31(日)	食パン ツナポテトサラダ 果物(セニョリーバナナ) ブルーベリージャム 牛乳 	ごはん 牛肉コロッケ (茄子とピーマンの炒り煮) 鮭風味のコールスローサラダ 実だくさん汁 ソフル元気ヨーグルト	ごはん チキンソテー (トマトソース) (ブロッコリーのにんにく炒め) 大根のサラダ、明太子マヨネーズ みそ汁	I:1494kcal た:54.3g 脂:44.3g 塩:6.5g

I:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 塩:食塩相当量