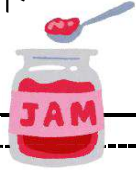


週間献立表（一般食2）

※献立は変更になる場合があります。ご了承ください。

	2025年4月20日(日)	2025年4月21日(月)	2025年4月22日(火)	2025年4月23日(水)	2025年4月24日(木)	2025年4月25日(金)	2025年4月26日(土)
朝食	牛乳 ジャムパン フルーツ ヨーグルト 	牛乳 米飯 味噌汁 オムレツ スナップエンドウドレッシング和え	牛乳 米飯 味噌汁 ロールキャベツ かぼちゃサラダ	牛乳 米飯 味噌汁 納豆 切り干し大根 チンゲン菜ピーナツ和え	牛乳 米飯 味噌汁 塩焼き 小松菜と焼き椎茸の和え物	牛乳 米飯 味噌汁 旬彩焼き 菜の花と湯葉の和えもの	牛乳 米飯 味噌汁 つくね煮 スパゲティサラダ
I単位	636 Kcal	475 Kcal	531 Kcal	460 Kcal	431 Kcal	466 Kcal	526 Kcal
蛋白質	20.2 g	17.1 g	21.5 g	19.8 g	21.7 g	18.7 g	20.4 g
食塩	1.44 g	2.68 g	1.73 g	2.79 g	2.08 g	2.64 g	3.4 g
昼食	米飯 味噌汁 鮭の香り蒸し なすの煮浸し 大根ゆかり和え	米飯 味噌汁 鶏肉の香味焼き 青梗菜の煮びたし いんげんごま和え	ナポリタン スープ ツナサラダ フルーツカクテル	米飯 味噌汁 生姜焼き コンソメ煮 菜の花の和え物	チキンカレー スープ 海藻サラダ フルーツ	米飯 すまし汁 鶏肉ねぎ味噌焼き わらびの煮物 豆と根菜の胡麻だれサラダ	米飯 味噌汁 えびカツ さつまいものレモン煮 フルーツ
I単位	480 Kcal	540 Kcal	513 Kcal	547 Kcal	615 Kcal	566 Kcal	515 Kcal
蛋白質	22.1 g	20.9 g	17.7 g	19.9 g	19 g	22 g	8.7 g
食塩	2.02 g	2.45 g	2.41 g	2.11 g	3.26 g	2.62 g	1.48 g
おやつ	いちごゼリー	ようかん	チョコクレープ	たいやき	プリン	クリームコンフェ	パインゼリー
I単位	16 Kcal	86 Kcal	77 Kcal	60 Kcal	71 Kcal	81 Kcal	44 Kcal
蛋白質	0.1 g	1.3 g	1.5 g	1.2 g	1.2 g	1.9 g	0.1 g
食塩	0.04 g	0.05 g	0.07 g	0.09 g	0.06 g	0.07 g	0.1 g
夕食	米飯 味噌汁 豚肉の中華風ソテー 煮物 ドレッシング和え	米飯 味噌汁 さば塩焼き 里芋のそぼろあんかけ ドレッシング和え	米飯 味噌汁 カレーの煮魚 白和え カリフラワーおかか和え	米飯 味噌汁 ポテトコロッケ いんげんの炒め物 中華サラダ	米飯 すまし汁 肉豆腐煮 焼きナスの味噌ダレがけ もやしの梅おかか和え	米飯 味噌汁 白身魚のムニエル じゃがいもの煮物 ほうれん草ごま和え	米飯 味噌汁 豆腐のそぼろあんかけ もやしとにんにくの芽炒め 酢の物
I単位	558 Kcal	541 Kcal	470 Kcal	544 Kcal	496 Kcal	457 Kcal	545 Kcal
蛋白質	19.7 g	23.6 g	21.6 g	14.8 g	17 g	20.5 g	20.8 g
食塩	2.31 g	2.16 g	1.92 g	2.34 g	1.95 g	2.18 g	1.86 g
合計	1690 Kcal	1642 Kcal	1591 Kcal	1611 Kcal	1613 Kcal	1570 Kcal	1630 Kcal
	62.1 g	62.9 g	62.3 g	55.7 g	58.9 g	63.1 g	50 g
	5.81 g	7.34 g	6.13 g	7.33 g	7.35 g	7.51 g	6.84 g