

週間献立表（帯広一般食）

※献立は変更になる場合があります。ご了承ください。

	2026年5月3日(日)	2026年5月4日(月)	2026年5月5日(火)	2026年5月6日(水)	2026年5月7日(木)	2026年5月8日(金)	2026年5月9日(土)
朝食	牛乳 豆パン フルーツ ヨーグルト 	牛乳 米飯 味噌汁 野菜炒め ブロッコリー海苔和え 小付け	牛乳 米飯  味噌汁 がんもの煮物 さつまいもサラダ ふりかけ	牛乳 米飯 味噌汁 豆腐のそぼろあん包み 炒めもの 子持ちこんにゃく	牛乳 米飯 味噌汁 野菜のしゅうまい ドレッシング和え ふりかけ 	牛乳 米飯 味噌汁 三色いなりの煮物 キャベツ青じそ和え 小付け	牛乳 米飯  味噌汁 かに風味たまご巻き 厚揚げと白菜の炒め煮 小付け
	I補材 - 543 Kcal	499 Kcal	533 Kcal	493 Kcal	482 Kcal	511 Kcal	505 Kcal
	蛋白質 20.3 g	18.8 g	20 g	23.3 g	18.6 g	21 g	17.6 g
	食塩 1.46 g	2.08 g	2.21 g	2.94 g	2.78 g	2.85 g	2.35 g
昼食	米飯 味噌汁 ホッケの塩焼き しらたきの金平炒め 胡麻和え	米飯 味噌汁 鶏肉のあっさり煮 じゃがいものチーズ焼 きのこのドレッシング和え	ビビンバ丼 スープ 大根サラダ しば漬け	米飯 味噌汁 カレー唐揚げ たけのこの煮物 フルーツ 	たぬきうどん いなり寿司 小松菜ドレッシング和え フルーツ	米飯 味噌汁 鶏肉のタルタルソース焼き アスパラ中華炒め オレンジ	米飯 味噌汁 コーンコロケ 冬瓜の煮物 カリフラワーのマリネ
	I補材 - 428 Kcal	568 Kcal	520 Kcal	489 Kcal 	437 Kcal	596 Kcal	484 Kcal
	蛋白質 19.1 g	22.1 g	17.4 g	19.4 g	11.8 g	20.4 g	15.8 g
	食塩 2.32 g	2.04 g	2.01 g	2.07 g	2.16 g	1.28 g	2.58 g
おやつ	苺のムース 	カスタードクレープ	ワインゼリー	どら焼き(こしあん)	青りんごゼリー	ミニドッグ	やわらかおかき(えび)
	I補材 - 65 Kcal	77 Kcal	50 Kcal		124 Kcal	70 Kcal	45 Kcal
	蛋白質 0.8 g	1.5 g	0.1 g		2.1 g	3 g	0.3 g
食塩 0.08 g	0.07 g	0.12 g		0.08 g	0.6 g	0.09 g	
夕食	米飯  中華スープ 麻婆豆腐 えびしゅうまい キャベツ沢庵和え	米飯  味噌汁 白身フライ ぜんまいの煮物 ドレッシング和え	米飯 味噌汁 メバルの煮付け 揚げ茄子とパプリカの炒め物 白菜塩昆布和え	わかめご飯 味噌汁 肉じゃが  冷奴  いんげんのマヨネーズ和え	米飯 すまし汁 豚肉のねぎ味噌焼き 玉ねぎのコンソメ炒め ほうれん草のお浸し	米飯  味噌汁 鮭の塩焼き ごぼうの炒り煮 酢の物	米飯 味噌汁 豚肉のオイスターソース炒め 生姜煮 春雨サラダ
	I補材 - 554 Kcal	510 Kcal	531 Kcal	608 Kcal	574 Kcal	472 Kcal	629 Kcal
	蛋白質 18 g	16.4 g	20.5 g	20.2 g	19.6 g	23.6 g	20.1 g
	食塩 1.87 g	2.28 g	2.17 g	3.32 g	2.99 g	2.09 g	2.27 g
合計	1590 Kcal 58.2 g 5.73 g	1654 Kcal 58.8 g 6.47 g	1634 Kcal 58 g 6.51 g	1619 Kcal 62.9 g 8.33 g	1617 Kcal 52.1 g 8.01 g	1649 Kcal 68 g 6.82 g	1663 Kcal 53.8 g 7.29 g