

<献立表>

2025/05/16

現場：吉祥苑
献立種類：常食(通常／A)
年月日：2025年6月9日（月）～ 2025年6月15日（日）

施設長	主任	栄養士

	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14	日 15
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	厚揚げのおかか煮	チーズオムレツ	マカロニソテー	ちくわの煮物	炒り豆腐	帆立のバターソテー	枝豆しんじょうのスープ煮
	納豆	もやしサラダ	おかか和え	納豆	キャベツとしらすの和え物	白菜のゴマ和え	いんげんとチーズの和え物
	味噌汁（チンゲン菜・舞茸）	味噌汁（ふ・絹さや）	味噌汁（大根・しめじ）	味噌汁（里芋・水菜）	味噌汁（ほうれんそう・絹さや）	味噌汁（冬瓜・白ねぎ）	味噌汁（なす・油揚げ）
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	エネルギー 472 kcal 蛋白質 19.8 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 15.8 g	エネルギー 451 kcal 蛋白質 13.5 g	エネルギー 461 kcal 蛋白質 17.9 g	エネルギー 438 kcal 蛋白質 16.9 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.8 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 16.7 g
	脂質 14.8 g 食塩 1.5 g	脂質 18.4 g 食塩 1.9 g	脂質 13.2 g 食塩 1.6 g	脂質 10.8 g 食塩 1.9 g	脂質 12.4 g 食塩 1.9 g	脂質 10.4 g 食塩 1.6 g	脂質 15.5 g 食塩 1.7 g
昼食	鶏飯 紫陽花 御印書	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ねばねば丼 ご当地
	あんかけ茶碗蒸し	白身魚のピカタ	カレーコロッケ	チキンソテー	なすと豚肉のピリ辛炒め	鯖の塩焼き	鶏肉の生姜炒め
	清まし汁（花ふ・絹さや）	ジャーマンポテト	キャベツと鶏肉のトマト煮	さつまいもとベーコン炒め	里芋のそぼろあんかけ	麩の卵とじ煮	バナナはちみつヨーグルト
	紫陽花ゼリー	えびサラダ	ひじきサラダ	ハム野菜サラダ	ミモザサラダ	ごぼうサラダ	スープ（もやし・あさつき）
		コーンポタージュ	スープ（玉ねぎ・にんじん）	スープ（南瓜・玉葱）	味噌汁（なす・油揚げ）	豚汁	
	エネルギー 449 kcal 蛋白質 21.1 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 21.0 g	エネルギー 523 kcal 蛋白質 13.5 g	エネルギー 525 kcal 蛋白質 18.5 g	エネルギー 526 kcal 蛋白質 15.1 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 22.3 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 20.9 g
	脂質 12.5 g 食塩 1.9 g	脂質 14.5 g 食塩 3.0 g	脂質 19.1 g 食塩 3.1 g	脂質 18.7 g 食塩 3.2 g	脂質 21.2 g 食塩 1.6 g	脂質 16.5 g 食塩 2.4 g	脂質 16.4 g 食塩 1.9 g
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	餃子	鶏肉の香味焼き	鯖の香り味噌焼き	スンドゥブ風煮込み	ぶりの照り焼き	豆乳煮込み	鰯のねぎ味噌焼き
	牛肉とさつまいものオイスター炒	大豆の煮物	がんもの煮物	えびとじゃがいもの塩炒め	たらこビーフン炒め	鶏肉と南瓜の甘辛炒め	かぶと厚揚げの煮物
	なすの梅おかか和え	カルピスゼリー	金時豆	おくらのおかか和え	もやしのお浸し	さつま金時	桃ゼリー
	味噌汁（キャベツ・えのき）	味噌汁（南瓜・白ねぎ）	味噌汁（豆腐・エリンギ）	スープ（キャベツ・卵）	味噌汁（チンゲン菜・舞茸）	味噌汁（豆腐・油揚げ）	味噌汁（こまつな・舞茸）
	エネルギー 510 kcal 蛋白質 13.3 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 17.3 g	エネルギー 461 kcal 蛋白質 21.8 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 16.3 g	エネルギー 445 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー 541 kcal 蛋白質 14.8 g	エネルギー 449 kcal 蛋白質 19.3 g
	脂質 16.6 g 食塩 2.4 g	脂質 10.7 g 食塩 1.5 g	脂質 11.5 g 食塩 2.0 g	脂質 14.1 g 食塩 1.5 g	脂質 10.6 g 食塩 2.2 g	脂質 17.8 g 食塩 1.5 g	脂質 10.3 g 食塩 1.4 g
	エネルギー 1431 kcal 蛋白質 54.2 g	エネルギー 1416 kcal 蛋白質 54.1 g	エネルギー 1435 kcal 蛋白質 48.8 g	エネルギー 1423 kcal 蛋白質 52.7 g	エネルギー 1409 kcal 蛋白質 51.0 g	エネルギー 1463 kcal 蛋白質 50.9 g	エネルギー 1434 kcal 蛋白質 56.9 g
	脂質 43.9 g 食塩 5.8 g	脂質 43.6 g 食塩 6.4 g	脂質 43.8 g 食塩 6.7 g	脂質 43.6 g 食塩 6.6 g	脂質 44.2 g 食塩 5.7 g	脂質 44.7 g 食塩 5.5 g	脂質 42.2 g 食塩 5.0 g