

<献立表>

2025/07/08

現場：吉祥苑
献立種類：常食(通常／A)
年月日：2025年8月11日（月）～ 2025年8月17日（日）

施設長	主任	栄養士

	月 11	火 12	水 13	木 14	金 15	土 16	日 17
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	ほたてと野菜の炒め物	冬瓜と海老団子煮	魚肉ソーセージ炒め	厚焼き玉子	豆腐のかにあんかけ	竹輪じゃが	がんものおろし煮
	納豆	ピーナッツ和え	納豆	おくらの梅肉和え	いんげんとハム和え	納豆	ほうれん草としらすの和え物
	味噌汁（なす・油揚げ）	味噌汁（南瓜・玉葱）	味噌汁（もやし・絹さや）	味噌汁（さつまいも・絹さや）	味噌汁（ほうれんそう・玉葱）	味噌汁（小松菜・しめじ）	味噌汁（チンゲン菜・エリンギ）
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	エネルギー 432 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 12.1 g 食塩 1.3 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 15.0 g 脂質 14.1 g 食塩 1.5 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 13.4 g 食塩 1.9 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 15.1 g 脂質 10.4 g 食塩 1.5 g	エネルギー 421 kcal 蛋白質 16.3 g 脂質 10.7 g 食塩 1.8 g	エネルギー 460 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 10.8 g 食塩 1.9 g	エネルギー 436 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 12.8 g 食塩 2.0 g
昼食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	しらす丼 ご当地メニュー	ご飯	ご飯
	ミートボールのクリーム煮	タラのカレーフリット	豚肉ときのこのプルコギ風	ぶりのおろしソース	豚肉とさつまいもの炒め物	鰯のねぎ味噌焼き	肉豆腐
	ブロッコリーのペペロンチーノ	いかとチンゲン菜の塩炒め	里芋田楽	炒り豆腐	清まし汁（なると・みつば）	鶏肉の五目炒め煮	かに炒り卵
	マカロニサラダ	ハム和え	オクラとチーズのおかか和え	ツナポテトサラダ	マンゴープリン	白菜のおかか和え	ほたてサラダ
	スープ（じゃがいも・玉葱）	スープ（卵・あさつき）	味噌汁（豆腐・白ねぎ）	スープ（キャベツ・玉葱）		生姜風豚汁	中華風スープ
	エネルギー 511 kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 15.6 g 食塩 3.1 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 16.8 g 食塩 1.7 g	エネルギー 522 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 20.1 g 食塩 1.7 g	エネルギー 521 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 18.5 g 食塩 2.4 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 16.1 g 食塩 3.6 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 15.5 g 食塩 1.9 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 19.3 g 食塩 2.2 g
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	かれいのコーンマヨネーズ焼き	鶏肉の塩焼き鶏風	さばの照り煮	鶏肉のトマト煮	枝豆ボールと野菜のだし煮	豚肉のマスタードソース	さつま芋と鶏肉の甘辛煮
	白菜と鶏肉の煮物	ジャーマンポテト	ひじきの炒め煮	南瓜とベーコン炒め	なすとえびのオイマヨ炒め	イカと里芋の煮物	豆腐しゅうまい
	ピーチムース	さつま金時	長芋の海苔和え	紅茶ゼリー	花豆	たいみそ	こまつなと湯葉和え
	味噌汁（ふ・あさつき）	味噌汁（切干大根・水菜）	清まし汁（つみれ・みつば）	味噌汁（小松菜・えのき）	スープ（玉葱・あさつき）	味噌汁（さつまいも・玉ねぎ）	味噌汁（里芋・まいたけ）
	エネルギー 491 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 16.8 g 食塩 1.8 g	エネルギー 478 kcal 蛋白質 15.1 g 脂質 13.2 g 食塩 1.6 g	エネルギー 430 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 10.3 g 食塩 2.2 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 15.4 g 食塩 2.0 g	エネルギー 458 kcal 蛋白質 13.4 g 脂質 13.0 g 食塩 1.3 g	エネルギー 475 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 15.7 g 食塩 1.8 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 12.5 g 食塩 2.4 g
	エネルギー 1434 kcal 蛋白質 55.1 g 脂質 44.5 g 食塩 6.2 g	エネルギー 1416 kcal 蛋白質 50.5 g 脂質 44.1 g 食塩 4.8 g	エネルギー 1417 kcal 蛋白質 52.4 g 脂質 43.8 g 食塩 5.8 g	エネルギー 1453 kcal 蛋白質 52.8 g 脂質 44.3 g 食塩 5.9 g	エネルギー 1460 kcal 蛋白質 54.0 g 脂質 39.8 g 食塩 6.7 g	エネルギー 1419 kcal 蛋白質 55.7 g 脂質 42.0 g 食塩 5.6 g	エネルギー 1415 kcal 蛋白質 53.7 g 脂質 44.6 g 食塩 6.6 g