

<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18日（月）～ 2025年8月24日（日）

施設長	主任	栄養士

	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22	土 23	日 24
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	冬瓜のホタテあんかけ	里芋のそぼろあんかけ	ほうれん草オムレツ	ハム野菜炒め	チンゲン菜と豚肉の旨煮	厚揚げの煮物	筑前煮
	納豆	茄子のお浸し	ゆかり和え	納豆	いんげんとツナの和え物	納豆	柚香和え
	味噌汁（玉葱・ニラ）	味噌汁（ほうれんそう・えのき）	味噌汁（さつま芋・エリンギ）	味噌汁（里芋・しめじ）	味噌汁（里芋・あさつき）	味噌汁（もやし・水菜）	味噌汁（こまつな・油揚げ）
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	エネルギー 430 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 10.6 g 食塩 1.5 g	エネルギー 433 kcal 蛋白質 14.0 g 脂質 10.5 g 食塩 1.3 g	エネルギー 480 kcal 蛋白質 14.7 g 脂質 16.7 g 食塩 1.9 g	エネルギー 451 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 14.4 g 食塩 1.4 g	エネルギー 458 kcal 蛋白質 14.0 g 脂質 16.1 g 食塩 1.5 g	エネルギー 457 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 12.6 g 食塩 1.5 g	エネルギー 447 kcal 蛋白質 14.8 g 脂質 12.2 g 食塩 1.5 g
昼食	ご飯	ご飯	チキンカレーライス	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	メンチカツ	鮭の塩焼き	春雨サラダ	鶏肉きじ焼き	ぶりの照り焼き	牛肉と野菜のすき焼き	和風ハンバーグ
	南瓜の煮物	肉じゃが	野菜スープ	根菜きんぴら	鶏肉とじゃがいもの炒め煮	キャベツとあさりのバター醤油炒	ブロッコリーソテー
	中華風サラダ	スパゲティサラダ	ミルクゼリー	たっぷりゴマの白和え	錦糸和え	カリフラワーの和え	さつまいもサラダ
	清まし汁（竹輪・みつば）	味噌汁（豆腐・あさつき）		味噌汁（じゃがいも・絹さや）	けんちん汁	味噌汁（冬瓜・にんじん）	清まし汁（かまぼこ・みつば）
	エネルギー 528 kcal 蛋白質 14.7 g 脂質 16.6 g 食塩 2.5 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 15.9 g 食塩 2.0 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 13.3 g 食塩 2.7 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 16.1 g 食塩 1.8 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 14.1 g 食塩 2.2 g	エネルギー 442 kcal 蛋白質 15.0 g 脂質 15.4 g 食塩 2.2 g	エネルギー 523 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 19.5 g 食塩 2.4 g
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鯖のタンドリー風	豆乳煮込み	アジの梅煮	豚肉の味噌野菜炒め	豚肉の塩麴焼き	田舎風オムレツ	白身魚のジェノバソース
	ひじき煮	ズッキーニのマヨネーズ炒め	キャベツと豚肉のピリ辛炒め	さつま芋レモン煮	野菜のクリーム煮	高野豆腐と海老団子煮	じゃがいものたらこ炒め
	抹茶ババロア	ブロッコリーとチーズのおかか和	珈琲煮豆	こまつなの和え物	ピーナッツ和え	フルーツヨーグルト	花豆
	味噌汁（ふ・白ねぎ）	味噌汁（南瓜・水菜）	味噌汁（大根・白ねぎ）	清まし汁（なると・みつば）	スープ（白菜・卵）	味噌汁（ふ・みつば）	スープ（キャベツ・玉葱）
	エネルギー 502 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 13.9 g 食塩 1.7 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 17.6 g 食塩 2.0 g	エネルギー 458 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 11.5 g 食塩 2.0 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 14.5 g 脂質 13.0 g 食塩 1.5 g	エネルギー 473 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 14.9 g 食塩 1.2 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 15.0 g 食塩 2.7 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 11.6 g 食塩 2.4 g
	エネルギー 1460 kcal 蛋白質 51.4 g 脂質 41.1 g 食塩 5.7 g	エネルギー 1418 kcal 蛋白質 53.7 g 脂質 44.0 g 食塩 5.3 g	エネルギー 1426 kcal 蛋白質 48.7 g 脂質 41.5 g 食塩 6.6 g	エネルギー 1423 kcal 蛋白質 51.5 g 脂質 43.5 g 食塩 4.7 g	エネルギー 1420 kcal 蛋白質 53.4 g 脂質 45.1 g 食塩 4.9 g	エネルギー 1412 kcal 蛋白質 52.1 g 脂質 43.0 g 食塩 6.4 g	エネルギー 1446 kcal 蛋白質 47.2 g 脂質 43.3 g 食塩 6.3 g