

<献立表>

2025/07/23

現場：吉祥苑
献立種類：常食(通常/A)
年月日：2025年8月25日(月)～2025年8月31日(日)

施設長	主任	栄養士

	月 25	火 26	水 27	木 28	金 29	土 30	日 31
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	白菜とさつま揚げの炒め煮	コンビネーションオムレツ	チンゲン菜とひき肉の炒め物	なすの甘辛炒め	厚揚げのみぞれ煮	ほたてとなすの炒め物	里芋とイカの煮物
	納豆	ブロッコリーのカニカマ和え	いんげんのごまチーズ和え	納豆	もやしの梅しそ和え	納豆	ほうれん草のお浸し
	味噌汁(もやし・油揚げ)	味噌汁(南瓜・いんげん)	味噌汁(里芋・えのき)	味噌汁(ほうれんそう・玉葱)	味噌汁(冬瓜・白ねぎ)	味噌汁(白菜・いんげん)	味噌汁(大根・水菜)
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	エネルギー 446 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 12.9 g 食塩 1.8 g	エネルギー 426 kcal 蛋白質 14.6 g 脂質 10.8 g 食塩 2.0 g	エネルギー 430 kcal 蛋白質 14.3 g 脂質 12.1 g 食塩 1.3 g	エネルギー 458 kcal 蛋白質 16.6 g 脂質 14.6 g 食塩 1.5 g	エネルギー 428 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 11.9 g 食塩 1.4 g	エネルギー 422 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 11.5 g 食塩 1.4 g	エネルギー 408 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 7.9 g 食塩 1.5 g
昼食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	かれいのクリームソース	鶏肉のおろしポン酢かけ	鯖の西京焼き	豚肉の香味焼き	鮭のコーンマヨネーズ焼き	鰯フライ	豚肉と南瓜の炒め物
	ジャーマンポテト	さといもと厚揚げの煮物	ビーフン炒め	さつま芋のクリーム煮	あさりスパゲティ	里芋のそぼろあんかけ	高野豆腐の卵とじ
	海老とブロッコリーのサラダ	ミモザサラダ	たらもろろ	小松菜の和え物	カリフラワーとハムのサラダ	小松菜のおかか和え	ブロッコリーとハム和え
	野菜スープ	味噌汁(豆腐・白ねぎ)	清まし汁(卵・みつば)	スープ(南瓜・しめじ)	スープ(卵・あさつき)	味噌汁(じゃがいも・えのき)	味噌汁(豆腐・エリンギ)
	エネルギー 490 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 16.7 g 食塩 3.0 g	エネルギー 500 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 18.0 g 食塩 1.7 g	エネルギー 528 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 17.9 g 食塩 2.0 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 16.8 g 脂質 15.7 g 食塩 2.9 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 18.5 g 食塩 2.3 g	エネルギー 521 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 18.4 g 食塩 2.2 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 22.5 g 食塩 2.0 g
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	スンドゥブ風煮込み	和風カレー煮	枝豆ボールと野菜のだし煮	鯖の胡麻味噌がらめ	鶏肉のトマトソースがけ	豚肉の焼肉炒め	海老団子と野菜の豆乳味噌煮
	さつまいもバター煮	ズッキーニとベーコン炒め	さつまいもといかの味噌マヨ炒め	切干大根の煮物	南瓜とベーコンの炒め物	炊き合わせ	じゃが麻婆
	塩昆布和え	豆乳プリン	シナモン花豆	カフェオレゼリー	ストロベリーババロア	おくらの梅肉和え	梅びしお
	味噌汁(切干大根・絹さや)	清まし汁(かまぼこ・みつば)	味噌汁(大根・ <u>キャベツ</u> <u>油揚げ</u>)	清まし汁(とろろ昆布・白ねぎ)	スープ(キャベツ・にんじん)	味噌汁(ふ・大根)	味噌汁(小松菜・白ねぎ)
	エネルギー 485 kcal 蛋白質 13.3 g 脂質 14.1 g 食塩 1.5 g	エネルギー 518 kcal 蛋白質 12.4 g 脂質 14.9 g 食塩 1.4 g	エネルギー 518 kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 14.1 g 食塩 1.6 g	エネルギー 493 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 13.6 g 食塩 1.9 g	エネルギー 498 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 13.7 g 食塩 2.5 g	エネルギー 470 kcal 蛋白質 17.0 g 脂質 14.0 g 食塩 1.9 g	エネルギー 456 kcal 蛋白質 14.0 g 脂質 13.5 g 食塩 2.0 g
	エネルギー 1421 kcal 蛋白質 52.6 g 脂質 43.7 g 食塩 6.3 g	エネルギー 1444 kcal 蛋白質 48.0 g 脂質 43.7 g 食塩 5.1 g	エネルギー 1476 kcal 蛋白質 48.6 g 脂質 44.1 g 食塩 4.9 g	エネルギー 1440 kcal 蛋白質 54.0 g 脂質 43.9 g 食塩 6.3 g	エネルギー 1427 kcal 蛋白質 52.0 g 脂質 44.1 g 食塩 6.2 g	エネルギー 1413 kcal 蛋白質 52.8 g 脂質 43.9 g 食塩 5.5 g	エネルギー 1427 kcal 蛋白質 48.8 g 脂質 43.9 g 食塩 5.5 g