

予定献立・調理名一覧表

常食A

2008年10月5日

2008年10月11日

5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
朝 味つけローレル クッキー ツナマヨオムレツ ジャム 牛乳	パン フキンヌーア ほうれん草オムレツ ジャム 牛乳	パン ونسルーア ミートオムレツ スライスチーズ 牛乳	パン キストローキ パンフキンヌーア ジャム 牛乳	パン ونسルーア オムレツ ジャム 牛乳	パン クヌーア 厚焼き卵 ジャム 牛乳	パン クスルーア スクランブルエッグ ジャム 牛乳
エネルギー たんぱく質 15.6g 脂 15.1g 炭水化物 59.6g 塩分相当量 3g	エネルギー たんぱく質 16g 脂 19.1g 炭水化物 43.8g 塩分相当量 2.6g	エネルギー たんぱく質 18.8g 脂 19.2g 炭水化物 34.7g 塩分相当量 2.9g	エネルギー たんぱく質 13.1g 脂 17g 炭水化物 48.7g 塩分相当量 2.4g	エネルギー たんぱく質 14.4g 脂 13.7g 炭水化物 44.2g 塩分相当量 2.4g	エネルギー たんぱく質 16.9g 脂 23.5g 炭水化物 45.2g 塩分相当量 2.3g	エネルギー たんぱく質 14.4g 脂 14.2g 炭水化物 48.8g 塩分相当量 2.4g
御飯 カレイのあんかけ 揚げなす 胡麻和え 漬物 味噌汁 フルーツ	チキンカレー マカロニサラダ コンソメスープ フルーツ	煮込みうどん 五目卵 きゅうりの酢の物 フルーツポンチ	御飯 鶏のすき煮 卵豆腐 小松菜のワサビ和え 味噌汁 フルーツ	御飯 カレイの薬味焼き ホチキの炒り煮 漬物 味噌汁 フルーツ	御飯 炒り鶏 ほうろけの揚げ ほうれん草のお浸し 漬物 味噌汁 フルーツ	ひじきご飯 雑物の 煮物 お浸し 漬物 フルーツ
エネルギー たんぱく質 21.9g 脂 17.6g 炭水化物 74g 塩分相当量 2.9g	エネルギー たんぱく質 57.1g 脂 18.1g 炭水化物 17.6g 塩分相当量 4.8g	エネルギー たんぱく質 40.2g 脂 24.2g 炭水化物 15g 塩分相当量 2.9g	エネルギー たんぱく質 59.9g 脂 20.4g 炭水化物 11.4g 塩分相当量 3.5g	エネルギー たんぱく質 48.5g 脂 22.3g 炭水化物 6.6g 塩分相当量 2.8g	エネルギー たんぱく質 48.2g 脂 17.2g 炭水化物 11g 塩分相当量 2.2g	エネルギー たんぱく質 48.5g 脂 22g 炭水化物 13.2g 塩分相当量 6.7g 2.7g
間 カステラ	和菓子	プリン	肉まん	コーヒーロール	フルーツ(洋梨)	チョコパン
エネルギー たんぱく質 96kcal 脂 1.9g 炭水化物 1.4g 塩分相当量 0g	エネルギー たんぱく質 91kcal 脂 2g 炭水化物 0.8g 塩分相当量 0.1g	エネルギー たんぱく質 101kcal 脂 4.4g 炭水化物 4g 塩分相当量 0.2g	エネルギー たんぱく質 128kcal 脂 4.6g 炭水化物 2.2g 塩分相当量 0.5g	エネルギー たんぱく質 148kcal 脂 2g 炭水化物 0g 塩分相当量 0g	エネルギー たんぱく質 38kcal 脂 0.2g 炭水化物 0.1g 塩分相当量 0g	エネルギー たんぱく質 92kcal 脂 1.5g 炭水化物 3.8g 塩分相当量 0.2g
御飯 ホーソンの炒り煮 切干大根の炒り煮 お浸し 漬物 味噌汁	御飯 かじきの照り焼き きのこの炒り煮 いんげんのピーチツツ和え 漬物 清汁	御飯 鮭の利休焼き きんぴらごぼう とろろ芋 漬物 味噌汁	御飯 タラの治部煮 風 甘藷のしも煮 きのこのおろし和え 漬物 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き かぶのうすくず煮 お浸し 漬物 味噌汁	御飯 鱈の味噌煮 卵とじ ジャコウ和え 漬物 味噌汁	御飯 鶏のこつてり煮 かぼちゃの煮物 大根サラダ 佃煮 味噌汁
エネルギー たんぱく質 488kcal 脂 17.8g 炭水化物 15.3g 塩分相当量 65.5g 2.7g	エネルギー たんぱく質 414kcal 脂 19.6g 炭水化物 10.6g 塩分相当量 57g 2.6g	エネルギー たんぱく質 475kcal 脂 19.2g 炭水化物 13.9g 塩分相当量 65.2g 2.3g	エネルギー たんぱく質 405kcal 脂 20.4g 炭水化物 1.9g 塩分相当量 74.4g 2.3g	エネルギー たんぱく質 449kcal 脂 17.9g 炭水化物 15g 塩分相当量 56.7g 2.6g	エネルギー たんぱく質 522kcal 脂 20.5g 炭水化物 20.3g 塩分相当量 61.2g 3.9g	エネルギー たんぱく質 516kcal 脂 18.7g 炭水化物 16.8g 塩分相当量 69.4g 2.7g
エネルギー たんぱく質 1503kcal 脂 57.2g 炭水化物 42.4g 塩分相当量 218.1g 8.6g	エネルギー たんぱく質 1542kcal 脂 55.7g 炭水化物 49g 塩分相当量 189.4g 9.9g	エネルギー たんぱく質 1504kcal 脂 66.6g 炭水化物 52.1g 塩分相当量 170.8g 8.3g	エネルギー たんぱく質 1444kcal 脂 58.5g 炭水化物 32.5g 塩分相当量 223g 8.7g	エネルギー たんぱく質 1479kcal 脂 56.6g 炭水化物 40.2g 塩分相当量 202.6g 7.8g	エネルギー たんぱく質 1496kcal 脂 54.8g 炭水化物 54.9g 塩分相当量 188.8g 8.4g	エネルギー たんぱく質 1471kcal 脂 66.6g 炭水化物 47.8g 塩分相当量 195.2g 9.1g