

週間献立表

常食(A)

		令和08年03月29日(日)	令和08年03月30日(月)	令和08年03月31日(火)										
朝	御飯	御飯	御飯	御飯										
	シュウマイ ドレッシング和え 煮豆 味噌汁 牛乳	オムレツ おかか和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	炒り豆腐 かにかま和え 味のり 味噌汁 牛乳											
昼	御飯	すいとん汁	御飯	御飯										
	親子煮 おろおかか さつま芋の甘煮 フルーツカクテル	アパ ラサダ カップゼリー	さわらの粕焼 マカロニサラダ 揚げ茄子ポン酢和え フルーツ(りんご)											
夕	御飯	御飯	御飯	御飯										
	揚げだし豆腐 いんげん炒め煮 和え物 味噌汁	さばの塩焼き 高野豆腐の煮物 胡麻和え 味噌汁	豚生姜焼き ルーク煮 甘酢和え すまし汁											
	エネルギー	1914kcal	エネルギー	1832kcal	エネルギー	1824kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal
	蛋白質	69.2g	蛋白質	74.1g	蛋白質	73.9g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g
	脂質	48g	脂質	55.7g	脂質	51.7g	脂質	g	脂質	g	脂質	g	脂質	g
	炭水化物	321.3g	炭水化物	273.1g	炭水化物	281.6g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g
	食塩相当	6.4g	食塩相当	6.7g	食塩相当	5.9g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g