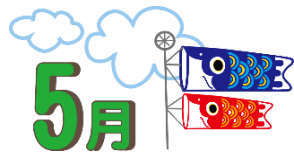


(献立)

当施設では、栄養士の作成した献立に基づき施設内の厨房で調理しています。
毎日、できたてのおいしく安全な食事が提供できるよう心掛けています。

(内容)

毎日の食事とおやつの情報と1日当たりのカロリー数・たんぱく質・脂質・塩分を掲載しています。



予定献立表



日付	5月1日（金）	5月2日（土）	5月3日（日）
朝食	ごはん みそ汁（さつまいも） がんもの煮付 ピーマン漬 しば漬	ごはん みそ汁（南瓜） いか団子の煮物 しその実漬 べったら漬	ごはん みそ汁（じゃが芋） ごぼう半平の煮付 梅干し 味付けなめ茸
10時		ヤクルト	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉の照り焼き 長芋の京風煮 人参サラダ すまし汁（花麩）	ごはん ミートローフ ブロッコリーのクリーム煮 ほうれん草のピーナッツ和え コンソメスープ（チンゲン菜）	五目ごはん 鯖の竜田揚げ 菜花の和え物 みそ汁（なめこ） おじや：きんぴらごぼう
おやつ（DM）	ココアワッフル （きな粉煎餅）	今川焼 （キウイ）	Caウエハース （II）
夕食	ごはん メバルの生姜煮 もやしの卵炒め 小松菜の和え物 ピーチゼリー	ごはん カレーの香味焼き さつまいもの甘煮 大根の甘酢 フルーチェ	ごはん 鶏肉のパン粉焼き 茄子の煮物 チンゲン菜の和え物 バナナ
職員	メバルの生姜煮	白身フライ	きんぴらごぼう
エネルギー	1,385kcal	1,396kcal	1,471kcal
たんぱく質	58.8g	55.1g	53.0g
脂質	48.4g	33.1g	55.8g
食塩	7.0g	8.3g	7.5g



予定献立表



日付	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)
朝食	ごはん みそ汁(キャベツ) 厚揚げの煮物 胡瓜漬 しその実漬	スナックパン ウインナー炒め 黄桃缶 牛乳	ごはん みそ汁(さつまいも) 海老団子の煮物 さくら漬 しそ昆布佃煮	スナックパン カリフラワーのコンソメ煮 パイン缶 牛乳	ごはん みそ汁(南瓜) 白半平の煮付 梅干し ピーマン漬	ごはん みそ汁(もやし) チキンボールの煮物 味付けなめ苺 たくあん漬	ごはん みそ汁(里芋) がんもの煮物 しば漬 昆布豆
10時	ヤクルト		ヤクルト		牛乳	ヤクルト	牛乳
昼食	ごはん 白身魚の天ぷら 長芋の磯煮 小松菜の和え物 みそ汁(白菜)	ごはん 鯖のおろし煮 じゃが芋の煮物 胡瓜とカニカマの酢の物 すまし汁(豆腐)	オムライス 煮込みハンバーグ コールスローサラダ コーンスープ おじや: オムレツ	味噌ラーメン エビ焼売 ほうれん草のナムル ヨーグルト 麵禁: 回鍋肉	ごはん 鶏肉のカレー焼き 炒り豆腐 大根と人参の甘酢和え みそ汁(白菜)	ごはん チーズ入りキッシュ じゃが芋のベーコン炒め グリーンサラダ コンソメスープ(チンゲン菜)	赤飯 鶏肉のみそマヨ焼き 玉葱とわかめの和え物 すまし汁(白菜) おじや: 南瓜のいとこ煮
おやつ(DM)	カスタードケーキ(バナナ)	スナック(II)	練り切り(こいのぼり)(II)	最中(煎餅)	ドーナツ(キウイ)	Caウエハース(II)	チョコババロア(スナック)
夕食	ごはん 鶏肉のピリ辛焼き 里芋の煮物 ほうれん草の和え物 みかん缶	ごはん 野菜入り卵焼き 大根の煮物 チンゲン菜のなめ苺和え みそ汁(茄子)	ごはん カレーの西京焼き ブロッコリーのソテー 白菜のおかか和え オレンジ	ごはん 豆腐の野菜あんかけ ひじきの煮物 金時豆 みそ汁(しめじ)	ごはん 鯖のごまみそ焼き 里芋の煮物 菜花のかにかま和え グレープゼリー	ごはん 牛肉のオイスター炒め 茄子のおかか煮 白菜の即席漬け フルーチェ	ごはん 赤魚の幽庵焼き さつまいもの煮物 キャベツの胡麻和え バナナ
職員	鶏肉のピリ辛焼き	野菜入り卵焼き	野菜コロッケ	回鍋肉	鯖のごまみそ焼き	牛肉のオイスター炒め	南瓜のいとこ煮

エネルギー	1,386kcal	1,389kcal	1,418kcal	1,471kcal	1,454kcal	1,427kcal	1,417kcal
たんぱく質	51.2g	52.3g	53.5g	58.6g	61.7g	50.8g	57.5g
脂質	47.0g	55.2g	34.4g	42.8g	48.0g	51.6g	44.8g
食塩	6.6g	7.1g	9.0g	8.3g	7.1g	8.8g	6.3g



予定献立表



日付	5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)	5月14日 (木)	5月15日 (金)	5月16日 (土)	5月17日 (日)
朝食	ごはん みそ汁 (南瓜) 肉詰め稲荷の煮付 べったら漬け しその実漬	パースティック キャベツとウィンナーの炒め煮 フルーツカクテル 牛乳	ごはん みそ汁 (油あげ) 野菜つみれの煮物 のり佃煮 梅干し	黒糖パン チキンボールのケチャップ煮 洋梨缶 牛乳	ごはん みそ汁 (さつま芋) 厚揚げの煮物 胡瓜漬 ピーマン漬	ごはん みそ汁 (白菜) がんもの煮付 たくあん漬 しそ昆布佃煮	ごはん みそ汁 (南瓜) 切干大根の煮物 しば漬 味付けなめ茸
10時	ヤクルト		ヤクルト		牛乳	ヤクルト	牛乳
昼食	ごはん 鯖の塩こうじ焼き もやし中華炒め さつま芋サラダ みそ汁 (茄子)	ごはん 鶏肉のトマトソースかけ ほうれん草のソテー カリフラワーのおかか和え コンソメスープ (玉葱)	山菜おこわ カレイの照り焼き 菜花のお浸し すまし汁 (花麩) おじゃ：かぶの煮物	麻婆丼 にら玉 ブロッコリーのピーナッツ和え わかめスープ	そば お好み焼き ほうれん草の和え物 ヨーグルト 麵禁：エビ焼売	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 大根と角麩の煮付 キャベツの梅和え きのこ汁 (しめじ)	ごはん 肉団子の酢豚風 茄子のおかか煮 カリフラワーの和え物 卵スープ
おやつ (DM)	水ようかん (オレンジ)	ペアークリームワッフル (きな粉煎餅)	上用饅頭 (キウイ)	煎餅 (II)	黒棒名門 (スナック)	バナナカステラ (バナナ)	カスタードケーキ (Caウエハース)
夕食	ごはん 豚肉の生姜炒め 大根と干しエビの煮物 チンゲン菜の和え物 ストロベリーゼリー	ごはん メバルの生姜煮 じゃが芋の炒め煮 胡瓜の和え物 すまし汁 (豆腐)	ごはん 牛肉のスタミナ炒め 南瓜の煮物 大根とわかめの甘酢和え バナナ	ごはん 鶏肉のマスタード焼き こぶき芋 小松菜の和え物 すまし汁 (白菜)	ごはん 豚肉のカレー風味炒め きんぴらごぼう いんげんのおかか和え みかん缶	ごはん 白身魚の煮付 大豆の五目煮 長芋とオクラの和え物 フルーチェ	ごはん 豆腐のとろみ煮 里芋の煮物 もやしとハムの中華和え キウイ
職員	豚肉の生姜炒め	メバルの生姜煮	かぶの煮物	魚天	エビ焼売	白身魚の煮付	杏仁豆腐

エネルギー	1,399kcal	1,403kcal	1,392kcal	1,423kcal	1,388kcal	1,384kcal	1,395kcal
たんぱく質	51.6g	55.9g	47.0g	61.4g	54.7g	57.8g	47.0g
脂質	43.5g	53.0g	41.9g	53.6g	38.1g	35.4g	49.6g
食塩	8.9g	8.0g	8.2g	6.5g	8.3g	6.4g	7.6g



予定献立表



日付	5月18日 (月)	5月19日 (火)	5月20日 (水)	5月21日 (木)	5月22日 (金)	5月23日 (土)	5月24日 (日)
朝食	ごはん みそ汁 (里芋) 野菜つみれの煮物 梅干し しその実漬	パタースティック ミートボールコンソメ煮 黄桃缶 牛乳	ごはん みそ汁 (大根) 白半平の煮付 べったら漬け ピーマン漬	黒糖パン ウインナー炒め パイン缶 牛乳	ごはん みそ汁 (南瓜) がんもの煮付 しば漬 しそ昆布佃煮	ごはん みそ汁 (じゃが芋) 海老団子の煮物 たくあん漬 味付けなめ茸	ごはん みそ汁 (焼き麩) 半平の煮付 さくら漬 昆布豆
10時	ヤクルト		ヤクルト		牛乳	ヤクルト	牛乳
昼食	中華飯 餃子 大根と人参の甘酢和え 中華スープ	ナポリタン オムレツ ブロッコリーのサラダ 野菜スープ (チンゲン菜) 麺×: カレーコロッケ	朴葉寿司 筑前煮 小松菜の和え物 すまし汁 (とろろ昆布) おじや: 朴葉寿司	ごはん 鯖の味噌煮 高野豆腐の煮付 菜花の和え物 すまし汁 (えのき)	ごはん マカロニグラタン さつま芋のレモン煮 グリーンサラダ コンソメスープ (コーン)	ごはん 鶏肉の柚子胡椒焼き 茄子の煮物 長芋のおかか和え すまし汁 (豆腐)	わかめごはん 白身魚の西京焼き 厚揚げとピーマンの甘辛煮 南瓜のピーナッツ和え すまし汁 (菜花)
おやつ (DM)	たい焼き (スナック)	もみじ饅頭 (キウイ)	ショコラケーキ (II)	ドーナツ (オレンジ)	スナック (II)	今川焼 (バナナ)	レモンケーキ (煎餅)
夕食	ごはん 牛肉の時雨煮 じゃが芋の煮物 菜花の和え物 オレンジ	ごはん 白身魚の香味焼き ひじきの煮付 キャベツと胡瓜の塩昆布和え みそ汁 (なめこ)	ごはん 豚肉と大豆のトマト煮 長芋の柚子煮 チンゲン菜の和え物 バナナ	ごはん 卵の千種焼き 大根と竹輪の煮物 ほうれん草の辛し和え メロンゼリー	ごはん 肉豆腐 もやしの煮浸し ブロッコリーの和え物 キウイ	ごはん 鯖の煮付 小松菜のソテー 大根サラダ みかん缶	ごはん ポトフ 春雨のソテー ほうれん草の和え物 フルーチェ
職員	天津飯	カレーコロッケ	ショコラケーキ	卵の千種焼き	肉豆腐	白身魚の煮付	メロンゼリー

エネルギー	1,394kcal	1,396kcal	1,385kcal	1,430kcal	1,422kcal	1,433kcal	1,417kcal
たんぱく質	52.3g	58.1g	45.5g	59.6g	58.6g	57.4g	58.3g
脂質	36.7g	43.0g	39.3g	53.0g	43.8g	49.3g	39.4g
食塩	8.8g	8.1g	8.4g	7.9g	6.8g	7.5g	8.7g



予定献立表



日付	5月25日 (月)	5月26日 (火)	5月27日 (水)	5月28日 (木)	5月29日 (金)	5月30日 (土)	5月31日 (日)
朝食	ごはん みそ汁 (里芋) 厚揚げの煮物 べったら漬 味付けなめたけ	バタースティック チキンボールのケチャップ煮 黄桃缶 牛乳	ごはん みそ汁 (えのき) いか団子の煮物 きゅうり漬 ピーマン漬	黒糖パン ウインナー炒め パイ缶 牛乳	ごはん みそ汁 (南瓜) 野菜つみれの煮つけ たくあん漬 のり佃煮	ごはん みそ汁 (豆腐) 肉詰め稲荷の煮つけ しば漬 昆布豆	ごはん みそ汁 (じゃが芋) がんもの煮つけ さくら漬 しその実漬
10時	ヤクルト	郷土食：鹿児島	ヤクルト		牛乳	ヤクルト	牛乳
昼食	ごはん 納豆 メバルの粕漬焼き ブロッコリーの炒め煮 もやしのマヨ和え 味噌汁 (大根)	から芋ごはん 鯖の中華みそ焼き 菜花の辛し和え さつま汁 おじゃ：さつま芋の煮物	かきたまうどん ちくわの磯辺揚げ 白菜の胡麻和え ヨーグルト 麺×：つくね	ごはん カレーの幽庵焼き 長芋の含め煮 ほうれん草のおかか和え みそ汁 (なめこ)	チキンカレー イカドーナツフライ コールスローサラダ プリン	ごはん 白身魚の煮つけ もやしと人参の中華煮 菜花のかにかま和え すまし汁 (花麩)	ごはん 鶏肉のソテー (リンゴソース) さつま芋の糸昆布の煮物 胡瓜のサラダ みそ汁 (玉葱)
おやつ (DM)	ココアワッフル (オレンジ)	バームクーヘン (II)	プチシュークリーム (II)	イチゴクレープ (II)	せんべい (II)	バナナカステラ (バナナ)	水ようかん (キウイ)
夕食	ごはん オムレツ (デミソース) こぶき芋 茄子生姜醤油和え バナナ	ごはん 豆腐のチゲ鍋風 切干大根の煮物 チンゲン菜のピーナッツ和え フルーチェ	ごはん 鶏肉のみそ焼き 南瓜の煮物 もずくの酢の物 フルーツカクテル	ごはん 豚肉の中華炒め 茄子の煮物 わかめとキャベツの和え物 みそ汁 (もやし)	ごはん 赤魚の塩こうじ焼き 白菜とあげの煮物 大根サラダ すまし汁 (玉葱)	ごはん 豚肉の辛み炒め 大根と干しエビの煮物 チンゲン菜の和え物 白桃缶	ごはん ほきの葱味噌焼き 金時豆 カリフラワーの和え物 オレンジ
職員	オムレツ (デミソース)	イチゴゼリー	つくね	豚肉の中華炒め	スクランブルエッグ	牛肉の辛み炒め	白身魚のフライ

エネルギー	1,385kcal	1,525kcal	1,410kcal	1,427kcal	1,394kcal	1,425kcal	1,432kcal
たんぱく質	50.0g	63.1g	49.3g	48.5g	57.4g	56.2g	59.0g
脂質	43.3g	54.6g	41.7g	65.3g	44.8g	49.1g	37.5g
食塩	7.1g	5.6g	10.1g	7.8g	8.2g	6.8g	7.7g