

	献立名	食品名	備考	
朝	ご飯、おかゆ パン 味噌汁 厚焼き玉子 サバの塩焼き 切昆布と大豆の煮物 生野菜 カリフラワーとコーンのサラダ コーンフレーク フルーツ 納豆 わかめの茎煮 ふりかけ・味付け海苔 漬物、梅干 牛乳、珈琲、紅茶	精白米	味噌・ダシ 塩 醤油・砂糖・ダシ マヨネーズ・塩・こしょう パセリ	
		バターロール		黒糖パン
		いちごジャム		Pマーガリン
		チョコレートジャム		
		乾燥わかめ		白玉麩
		ネギ		
		厚焼き玉子		
		さば		
		刻み昆布		大豆缶
		人参		
		キャベツ千切り		人参
		カリフラワー(冷)		コーン(冷)
		コーンフレーク		
		バナナ		
		納豆		
		わかめ茎煮		
		ふりかけ		味付けのり
さくら漬	梅干し			
牛乳	紅茶			
コーヒー				
栄養価小計				
昼	ご飯、おかゆ わかめうどん 厚揚げと挽き肉の和風カレー煮 ししゃもの天ぷら アスパラソテー ジャーマンポテト 生野菜 蓮根のごまマヨサラダ 海藻サラダ フルーツ 漬物 牛乳、珈琲、紅茶	精白米	白だし めんつゆ・カレー粉・片栗粉 天ぷら粉・青のり・塩 塩・こしょう・サラダ油 コンソメ・パセリ マヨネーズ・ごまドレッシング ダシ・砂糖	
		うどん(冷)		チャンポンスライス
		乾燥わかめ		ネギ
		厚揚げ		牛豚合ミンチ
		玉ねぎ		ネギ
		まめブラス		
		ししゃも		サラダ油
		アスパラガス(冷)		玉ねぎ
		コーン(冷)		
		じゃがいも乱切り		ベーコン
		玉ねぎ		サラダ油
		キャベツ千切り		きゅうり
		れんこん(水煮)		人参
		むき枝豆		
		乾燥わかめ		玉ねぎ
		パプリカ		人参
		オレンジ		
つぼ漬				
牛乳	コーヒー			
紅茶				
栄養価小計				
夕	ご飯、おかゆ 中華丼 ワカメスープ 揚げシューマイ 鮭の照り焼き 山椒風味 スナップエンドウのソテー かぼちゃのそぼろあんかけ 生野菜 大根ときゅうりのひたひた もやしと筍のキムチ和え グレーゼリー 牛乳、珈琲、紅茶 漬物	精白米	オイスターソース・ごま油・片栗粉 中華王・ごま 照焼きタレ・山椒 塩・こしょう・サラダ油 醤油・ダシ・砂糖・片栗粉 めんつゆ・酢・ごま油・砂糖 かつお・七味 キムチの素・ごま	
		豚こま		玉ねぎ
		中華野菜ミックス		キャベツ角切り
		乾燥わかめ		ネギ
		しゅうまい(豚)		サラダ油
		さけ		
		スナップえんどう(冷)		人参
		コーン(冷)		
		かぼちゃ(冷)		鶏ミンチ
		キャベツ千切り		人参
		レタス		
		大根		きゅうり
		もやし		たけのこ(短冊)
		きゅうり		
		グレーゼリー		
		牛乳		コーヒー
		紅茶		
つぼ漬				
栄養価小計				
栄養価合計				

	献立名	食品名	備考	
朝	ご飯、おかゆ パン	精白米 バターロール いちごジャム チョコレートジャム	黒糖パン Pマーガリン	
	味噌汁	乾燥わかめ ネギ	玉ねぎ 味噌・ダシ	
	キャベツとウィンナーの卵炒め	キャベツ角切り 鶏卵 (MS)	ウィンナー 塩・こしょう・サラダ油	
	めざしのオイル焼き	めざし	オリーブ油	
	がんもの煮物	がんもどき	人参 ダシ・砂糖・醤油	
	生野菜	キャベツ千切り	人参	
	玉ねぎサラダ	玉ねぎ きゅうり	人参	
	コーンフレーク フルーツ 納豆	コーンフレーク グレープフルーツ 納豆		
	しそわかめ ふりかけ・味付け海苔 漬物、梅干 牛乳、珈琲、紅茶	しそわかめ ふりかけ さくら漬 牛乳 コーヒー	味付けのり 梅干し 紅茶	
	栄養価小計			
	昼	ご飯、おかゆ 醤油ラーメン	精白米 中華麺 (冷) もやし	乾燥わかめ ネギ 醤油ラーメンスープ
		肉団子の甘酢あんかけ	肉団子甘酢 パプリカ	玉ねぎ ピーマン
		サワラの香味ソースがけ	さわら	ネギ 野菜たっぷりドレッシング
		ベジから揚げ (大豆ミート)	大豆ミート	サラダ油 ダシ・砂糖・生姜・から揚げ粉
		豆腐の山菜あんかけ	木綿豆腐	山菜ミックス めんつゆ・砂糖・片栗粉
生野菜		キャベツ千切り	きゅうり	
ごぼうサラダ		ごぼう (冷) 貝割れ	人参 醤油・砂糖・ダシ・マヨネーズ	
キャベツのゆかり和え		キャベツ角切り	きゅうり ゆかり・塩	
フルーツ 漬物 牛乳、珈琲、紅茶		オレンジ つぼ漬 牛乳 紅茶	コーヒー	
栄養価小計				
夕		ご飯、おかゆ ハヤシライス	精白米 豚こま 人参	玉ねぎ ハヤシフレーク・ケチャップ・中濃ソース ウスターソース・醤油・サラダ油
		かぼちゃコロッケ	カボチャコロッケ	サラダ油
		豆アジの南蛮漬け	豆アジ唐揚げ 人参 サラダ油	玉ねぎ ピーマン 酢・砂糖・醤油・ごま・七味
		淡路の玉ねぎステーキ	玉ねぎ	焼き肉のタレ
		キャベツとベーコンの和風パスタ	スパゲティー (乾) キャベツ角切り	玉ねぎ ベーコン めんつゆ・パセリ
	生野菜	キャベツ千切り レタス	人参	
	ひじきと大豆のサラダ	ひじき 大豆缶	人参 貝割れ 醤油・砂糖・ダシ・マヨネーズ	
	菜の花のからし和え	菜の花 (冷)	人参 めんつゆ・辛子	
	プリン 牛乳、珈琲、紅茶	プリン 牛乳 紅茶	コーヒー	
	漬物	つぼ漬		
	栄養価小計			
	栄養価合計			

	献立名	食品名	備考	
朝	ご飯、おかゆ パン	精白米	味噌・ダシ	
		バターロール		黒糖パン
		いちごジャム		Pマーガリン
		チョコレートジャム		
	味噌汁	木綿豆腐		ネギ
		乾燥わかめ		
	ゆで卵	鶏卵 (MS)		
	焼きししゃも	ししゃも		
	切干大根の煮物	切干大根		人参
		刻みあげ		
	生野菜	キャベツ千切り		きゅうり
	ペンのサラダ	ペンネ		きゅうり
		人参		
	コーンフレーク フルーツ 納豆 わかめの茎煮 ふりかけ・味付け海苔 漬物、梅干 牛乳、珈琲、紅茶	コーンフレーク バナナ 納豆 わかめ茎煮 ふりかけ 味付けのり さくら漬 梅干し 牛乳 紅茶 コーヒー		
	栄養価小計			
昼	ご飯、おかゆ 豚トマ丼	精白米	ダシ・砂糖・醤油・酒	
		豚こま		玉ねぎ
		トマトダイス		
	玉ねぎスープ	玉ねぎ		人参
	チキンナゲット	チキンナゲット		サラダ油
	きびなごのマリネ	南蛮用きびなご		玉ねぎ
		きゅうり		人参
		サラダ油		
	コーンソテー	コーン(冷)		玉ねぎ
	かぼちゃのコンソメ煮	かぼちゃ(冷)		玉ねぎ
		ベーコン		
	生野菜	キャベツ千切り		人参
	うどんサラダ	うどん(冷)		人参
		きゅうり		レタス
	卵豆腐	卵豆腐		
フルーツ 漬物 牛乳、珈琲、紅茶	グレープフルーツ つぼ漬 牛乳 紅茶 コーヒー			
栄養価小計				
夕	ご飯、おかゆ ナポリタン	精白米	ケチャップ・コンソメ・塩・こしょう ウスターソース・砂糖	
		スパゲティ(乾)		ウインナー
		玉ねぎ		三色ピーマン(冷)
	ピーマンの肉詰めフライ	ピーマン肉詰めフライ		サラダ油
	サバのオーロラソース焼き	さば		
	菜の花ソテー	菜の花(冷)		コーン(冷)
		玉ねぎ		
	皮付きポテト	カントリーウエッジ		サラダ油
	生野菜	キャベツ千切り		きゅうり
		レタス		
	ビーンズサラダ	ビーンズミックス		コーン(冷)
	こんにゃくサラダ	つきこんにゃく		乾燥わかめ
		きゅうり		人参
	青りんごゼリー 牛乳、珈琲、紅茶	青りんごゼリー 牛乳 紅茶 コーヒー		
	漬物	つぼ漬		
栄養価小計				
栄養価合計				

	献立名	食品名	備考	
朝	ご飯、おかゆ パン 味噌汁 オムレツ ミートボールのケチャップソース ひじきの煮物 生野菜 カニ風味サラダ コーンフレーク フルーツ 納豆 しそわかめ ふりかけ・味付け海苔 漬物、梅干 牛乳、珈琲、紅茶	精白米	味噌・ダシ ケチャップ・コンソメ・砂糖 ウスターソース・片栗粉・パセリ ダシ・砂糖・醤油 マヨネーズ・塩・こしょう コーヒー	
		バターロール		
		黒糖パン		
		いちごジャム		
		Pマーガリン		
		チョコレートジャム		
		乾燥わかめ		白玉麩
		ネギ		
		プレーンオムレツ		
		味なしミートボール		
		ひじき		人参
		刻みあげ		
		キャベツ千切り		きゅうり
		キャベツ角切り		きゅうり
人参	かにかまぼこ			
コーンフレーク				
オレンジ				
納豆				
しそわかめ				
ふりかけ	味付けのり			
さくら漬	梅干し			
牛乳	紅茶			
コーヒー				
栄養価小計				
昼	ご飯、おかゆ 野菜カレー チキンカツ シーフードとアスパラのバター醤油炒め 豆のラタトゥイユ じゃが芋とブロッコリーのチーズ焼き 生野菜 シルバーサラダ キャロットラペ フルーツ 漬物 牛乳、珈琲、紅茶	精白米	パーモント・カレー粉 中濃ソース・ウスターソース 醤油・サラダ油・福神漬 サラダ油 ガーリックマーガリン・醤油 塩・こしょう ニンニク・ケチャップ・コンソメ 塩・こしょう・パセリ マヨネーズ・塩・こしょう シュレッドチーズ マヨネーズ・塩・こしょう フレンチドレ・ガムシロップ 甘酢・塩・こしょう・オリーブ油 粒マスタード・パセリ コーヒー	
		牛豚合ミンチ		玉ねぎ
		人参		じゃがいもダイス
		まめプラス		
		チキンカツ		サラダ油
		イカ短冊		シーフードMix
		玉ねぎ		人参
		アスパラガス(冷)		
		ビーンズミックス		玉ねぎ
		トマトダイス		人参
		じゃがいも乱切り		ブロッコリー(冷)
		玉ねぎ		人参
		キャベツ千切り		きゅうり
		春雨		人参
		きゅうり		
人参	コーン(冷)			
グレープフルーツ				
つぼ漬				
牛乳	コーヒー			
紅茶				
栄養価小計				
夕	ご飯、おかゆ けんちんうどん 豚キムチ炒め イカフリッターのマヨネーズ和え 淡路の玉ねぎステーキ 青のりポテト 生野菜 スナッペンどうのサラダ ワカメときゅうりの酢の物 グレーゼリー 牛乳、珈琲、紅茶 漬物	精白米	めんつゆ・ごま油 キムチ・塩・こしょう・焼き肉のタレ サラダ油 マヨネーズ・ガムシロ 焼き肉のタレ 青のり・塩 マヨネーズ・塩・こしょう ダシ、酢、砂糖 コーヒー	
		うどん(冷)		つきこんにやく
		豚汁用ミックス		刻みあげ
		ネギ		
		豚こま		もやし
		玉ねぎ		にんにくの芽
		イカフリッター		ブロッコリー(冷)
		パプリカ		サラダ油
		玉ねぎ		
		カントリーウエッジ		サラダ油
		キャベツ千切り		人参
		レタス		
		スナッペンどう(冷)		人参
		乾燥わかめ		人参
		きゅうり		寒天
グレーゼリー				
牛乳	コーヒー			
紅茶				
つぼ漬				
栄養価小計				
栄養価合計				

	献立名	食品名	備考					
朝	ご飯、おかゆ パン 味噌汁 高野豆腐の卵とじ 鮭の塩焼き きんぴらごぼう 生野菜 スパゲティーサラダ コーンフレーク フルーツ 納豆 わかめの茎煮 ふりかけ・味付け海苔 漬物、梅干 牛乳、珈琲、紅茶	精白米 バターロール いちごジャム チョコレートジャム 乾燥わかめ ネギ 高野豆腐 キヌサヤ(冷) さけ ごぼう(冷) キャベツ千切り スパゲティー(乾) きゅうり コーンフレーク パナナ 納豆 わかめ茎煮 ふりかけ さくら漬 牛乳 コーヒー	黒糖パン Pマーガリン キャベツ角切り 鶏卵(MS) 醤油・砂糖・ダシ・七味・ごま サラダ油・ごま油 人参 人参 人参 人参 味付けのり 梅干し 紅茶	味噌・ダシ めんつゆ・砂糖 醤油・砂糖・ダシ・七味・ごま サラダ油・ごま油 マヨネーズ・塩コショウ フレンチドレッシング・ガムシロップ				
		栄養価小計						
		昼	ご飯、おかゆ ゆかりごはん すまし汁 和風ハンバーグ いわし磯辺フライ ブロッコリーのかに玉あんかけ 筍のペペロンチーノ風パンネ 生野菜 ポテトサラダ 寒天サラダ フルーツ 漬物 牛乳、珈琲、紅茶	精白米 乾燥わかめ ネギ ハンバーグ いわし磯辺フライ ブロッコリー(冷) 鶏卵(MS) たけのこ(短冊) ペーコン キャベツ千切り じゃがいもダイス きゅうり 玉ねぎ 寒天 オレンジ つぼ漬 牛乳 紅茶	白玉麩 ネギ サラダ油 かにかまぼこ 玉ねぎ ペンネ 人参 人参 パプリカ コーヒー	ゆかり 白だし 焼き肉のタレ 白だし・片栗粉 中華王・鷹の爪・にんにく パセリ マヨネーズ・塩・こしょう		
				栄養価小計				
				夕	ご飯、おかゆ 焼きそば 味噌汁 春巻き サワラのレモン幽庵焼き 竹輪と山菜の炒め煮 皮付きポテト 生野菜 豆腐サラダ ツナサラダ プリン 牛乳、珈琲、紅茶 漬物	精白米 やきそば麺 人参 乾燥わかめ ネギ 春巻き さわら 竹輪 人参 カントリーウエッジ キャベツ千切り レタス 木綿豆腐 キャベツ角切り 人参 プリン 牛乳 紅茶 つぼ漬	豚こま キャベツ角切り 玉ねぎ サラダ油 山菜ミックス サラダ油 人参 シーチキン コーヒー	焼きそばソース 青のり・かつお・紅生姜 味噌・ダシ サラダ油 ポン酢・砂糖・レモン 醤油・砂糖・ダシ・サラダ油・ごま油 人参 野菜たっぷりドレッシング マヨネーズ・塩・こしょう
						栄養価小計		
						栄養価合計		