

[IMS] 揭示用献立表

[老] 常菜食1600 (Aメニュー)

日付	令和08年06月01日(月)	令和08年06月02日(火)	令和08年06月03日(水)	令和08年06月04日(木)	令和08年06月05日(金)	令和08年06月06日(土)	令和08年06月07日(日)
朝食	ご飯 ***** ぶりのみぞれ煮 ほうれん草とカニカマの煮浸し ジョア	ご飯 ***** ミートボールナポリタン 菜の花の炒め物 ジョア	ご飯 ***** 豆乳がんもの煮物 小松菜の卵炒め ジョア	ご飯 ***** 京風たまご焼き 白菜とカニカマの煮物 ジョア	ご飯 ***** さわらの西京焼き 金平大根 ジョア	ご飯 ***** ミートボール甘酢 青菜と鶏ほぐしの含め煮 ジョア	ご飯 ***** 若鶏の味噌焼き じゃが芋の炒め煮 ジョア
昼食	ご飯 トマトハンバーグ スパゲティサラダ コンソメスープ 汁具(白菜)	ご飯 白身魚の漬け焼き 里芋のたらこ和え 味噌汁 汁具(ほうれん草)	ご飯 豚肉と野菜の炒め物 ほうれん草二色和え 味噌汁 汁具(白菜)	ご飯 さばの味噌煮 オクラと湯葉のお浸し すまし汁 汁具(小松菜)	ご飯 チキンカレー コールスロー コンソメスープ 汁具(ほうれん草)	ご飯 トンテキ 大根なます コンソメスープ 汁具(白菜)	ご飯 親子煮 菜の花のお浸し 味噌汁 汁具(ほうれん草)
おやつ	牛乳プリン	クックダッセホワイトチョコ クックダッセチョコレート	和みのひとさじ くるごま	40gベジタべるあつさりサラダ味	黒糖カステラサンド ミニサラダしお味	星食べよ(しお味)	和みのひとさじ 黒みつ
夕食	ご飯 鮭の塩焼き ウインナーとほうれん草のソテー コンポート	ご飯 キーマカレー マッシュポテト風 コンポート	ご飯 さわらのみりん焼き ほうれん草の中華炒め コンポート	ご飯 タンドリーチキン 大根とツナの炒め煮 コンポート	ご飯 厚揚げの中華煮 カリフラワーとカニカマのソテー コンポート	ご飯 鶏肉とキャベツの旨塩炒め ブロッコリーとカニカマの炒め物 コンポート	ご飯 豆腐の野菜あんかけ 大根と人参の炒め煮 コンポート
一日合計	エネルギー 1672 kcal 水分 969.5 g 蛋白質 64.9 g 脂質 49.2 g 食塩 5.73 g	エネルギー 1505 kcal 水分 990.5 g 蛋白質 64.8 g 脂質 34.2 g 食塩 4.73 g	エネルギー 1708 kcal 水分 1044.6 g 蛋白質 66.3 g 脂質 59.4 g 食塩 4.63 g	エネルギー 1623 kcal 水分 1036.0 g 蛋白質 69.3 g 脂質 49.6 g 食塩 4.91 g	エネルギー 1642 kcal 水分 981.7 g 蛋白質 80.8 g 脂質 45.4 g 食塩 5.74 g	エネルギー 1663 kcal 水分 1060.6 g 蛋白質 72.2 g 脂質 55.2 g 食塩 5.39 g	エネルギー 1697 kcal 水分 1082.0 g 蛋白質 78.0 g 脂質 48.6 g 食塩 5.24 g
日付	令和08年06月08日(月)	令和08年06月09日(火)	令和08年06月10日(水)	令和08年06月11日(木)	令和08年06月12日(金)	令和08年06月13日(土)	令和08年06月14日(日)
朝食	ご飯 ***** 旬彩焼き ジャーマンポテト ジョア	ご飯 ***** ホッケの塩焼き ほうれん草と人参の煮浸し ジョア	ご飯 ***** がんもの煮物 肉野菜炒め ジョア	ご飯 ***** 豆腐のひじき煮 鶏肉とキャベツの炒め物 ジョア	ご飯 ***** 肉詰めいなり 青梗菜の炒め物 ジョア	ご飯 ***** 赤魚の粕漬け焼き じゃが芋のカレー炒め ジョア	ご飯 ***** 厚焼きたまご 人参とツナの金平 ジョア
昼食	ご飯 赤魚の塩麹焼き マカロニサラダ すまし汁 汁具(小松菜)	ご飯 鶏肉の生姜焼き スパゲティサラダ 味噌汁 汁具(小松菜)	ご飯 ホッケの漬け焼き ゆず入り大根サラダ 味噌汁 汁具(ほうれん草)	ご飯 梅おかかご飯の素 鶏肉と大根の煮物 茶碗蒸し(あんかけ) 梅和え	ご飯 麻婆豆腐 かぼちゃサラダ すまし汁 汁具(ほうれん草)	ご飯 若鶏のチリソース煮 キャベツとツナの和え物 味噌汁 汁具(白菜)	ご飯 チキンカレー コールスロー コンソメスープ 汁具(ほうれん草)
おやつ	抹茶プリンCa	羊羹カステラ	星食べよ(しお味)	白い風船 コクマミルクリー 45g 紀州の梅あげ	おとととおやつバック(うすし)	48g さやえんどうしお味ミニ4	和みのひとさじ 黒みつ
夕食	ご飯 蒸し鶏の葱ソースがけ 大根のカニカマあん コンポート	ご飯 トマトハンバーグ マッシュポテト コンポート	ご飯 高野豆腐の卵とじ 青菜と海老の煮浸し コンポート	ご飯 鮭の塩焼き さくら大根 コンポート	ご飯 中華風うま煮 カリフラワーのソテー コンポート	ご飯 豆腐のひき肉あんかけ ほうれん草の中華炒め コンポート	ご飯 豚大根 小松菜の炒め煮 コンポート
一日合計	エネルギー 1728 kcal 水分 965.8 g 蛋白質 70.5 g 脂質 55.2 g 食塩 4.70 g	エネルギー 1666 kcal 水分 907.5 g 蛋白質 62.1 g 脂質 51.3 g 食塩 5.07 g	エネルギー 1566 kcal 水分 995.5 g 蛋白質 69.9 g 脂質 50.0 g 食塩 5.37 g	エネルギー 1541 kcal 水分 1098.3 g 蛋白質 65.6 g 脂質 38.2 g 食塩 6.69 g	エネルギー 1672 kcal 水分 1051.9 g 蛋白質 63.3 g 脂質 50.7 g 食塩 5.29 g	エネルギー 1585 kcal 水分 923.6 g 蛋白質 81.3 g 脂質 36.4 g 食塩 5.41 g	エネルギー 1708 kcal 水分 1008.4 g 蛋白質 71.1 g 脂質 58.9 g 食塩 5.56 g
日付	令和08年06月15日(月)	令和08年06月16日(火)	令和08年06月17日(水)	令和08年06月18日(木)	令和08年06月19日(金)	令和08年06月20日(土)	令和08年06月21日(日)
朝食	ご飯 ***** ミートボールナポリタン 菜の花の炒め物 ジョア	ご飯 ***** ぶりのみぞれ煮 ほうれん草とカニカマの煮浸し ジョア	ご飯 ***** 京風たまご焼き 白菜とカニカマの煮物 ジョア	ご飯 ***** 豆乳がんもの煮物 小松菜の卵炒め ジョア	ご飯 ***** ミートボール甘酢 青菜と鶏ほぐしの含め煮 ジョア	ご飯 ***** さわらの西京焼き 金平大根 ジョア	ご飯 ***** 若鶏の味噌焼き じゃが芋の炒め煮 ジョア
昼食	ご飯 鶏肉の塩麹焼き ゆず入り大根サラダ 味噌汁 汁具(小松菜)	ご飯 鶏肉のみそ焼き 菜の花のお浸し すまし汁 汁具(白菜)	ご飯 さばの味噌煮 大根なます すまし汁 汁具(小松菜)	ご飯 さわらのみりん焼き 里芋のたらこ和え 味噌汁 汁具(ほうれん草)	ご飯 肉じゃが キャベツとツナの和え物 味噌汁 汁具(ほうれん草)	ご飯 麦ごはん あじの西京焼き 厚焼き卵 とろろ	ご飯 エビと野菜の炒め煮 ほうれん草の二色和え すまし汁 汁具(白菜)
おやつ	58g 無限エビ 羊羹カステラ	抹茶プリンCa	フルーツゼリー りんご	40gベジタべるあつさりサラダ味	黒糖カステラサンド ミニサラダしお味	星食べよ(しお味)	和みのひとさじ 黒みつ
夕食	ご飯 ホッケの漬け焼き ウインナーとほうれん草のソテー コンポート	ご飯 トマトハンバーグ 里芋のそぼろあんかけ コンポート	ご飯 南瓜シチュー 青梗菜の炒め物 コンポート	ご飯 豚ナスまるやか味噌炒め はんぺん煮 コンポート	ご飯 鶏肉の卵炒め 青梗菜と人参の炒め煮 コンポート	ご飯 酢鶏 春雨サラダ コンポート	ご飯 鶏肉とキャベツの旨塩炒め たまごのソテー コンポート
一日合計	エネルギー 1715 kcal 水分 982.3 g 蛋白質 69.2 g 脂質 57.2 g 食塩 5.26 g	エネルギー 1627 kcal 水分 922.3 g 蛋白質 64.5 g 脂質 43.7 g 食塩 4.89 g	エネルギー 1693 kcal 水分 1125.1 g 蛋白質 71.7 g 脂質 56.6 g 食塩 5.72 g	エネルギー 1638 kcal 水分 1003.8 g 蛋白質 65.8 g 脂質 49.6 g 食塩 5.27 g	エネルギー 1722 kcal 水分 948.2 g 蛋白質 75.3 g 脂質 55.0 g 食塩 5.40 g	エネルギー 1583 kcal 水分 997.3 g 蛋白質 60.6 g 脂質 43.5 g 食塩 5.62 g	エネルギー 1668 kcal 水分 1027.5 g 蛋白質 85.9 g 脂質 42.7 g 食塩 5.83 g
日付	令和08年06月22日(月)	令和08年06月23日(火)	令和08年06月24日(水)	令和08年06月25日(木)	令和08年06月26日(金)	令和08年06月27日(土)	令和08年06月28日(日)
朝食	ご飯 ***** ホッケの塩焼き ほうれん草と人参の煮浸し ジョア	ご飯 ***** 旬彩焼き ジャーマンポテト ジョア	ご飯 ***** 豆腐のひじき煮 鶏肉とキャベツの炒め物 ジョア	ご飯 ***** がんもの煮物 肉野菜炒め ジョア	ご飯 ***** 赤魚の粕漬け焼き じゃが芋のカレー炒め ジョア	ご飯 ***** 肉詰めいなり 青梗菜の炒め物 ジョア	ご飯 ***** 厚焼きたまご 人参とツナの金平 ジョア
昼食	ご飯 タンドリーチキン マカロニサラダ コンソメスープ 汁具(小松菜)	ご飯 茄子の肉みそ炒め 春雨の酢の物 すまし汁 汁具(ほうれん草)	ご飯 豚肉のプルコギ風 菜の花のお浸し すまし汁 汁具(ほうれん草)	ご飯 かますの漬け焼き 里芋のマヨネーズ和え 味噌汁 汁具(白菜)	ご飯 若鶏のチリソース煮 ほうれん草の二色和え 味噌汁 汁具(白菜)	ご飯 エビと卵の炒め物 さつま芋の白和え コンソメスープ 汁具(小松菜)	ご飯 ハッシュドビーフ かぼちゃサラダ コンソメスープ 汁具(ほうれん草)
おやつ	フルーツゼリー ビーチ	羊羹カステラ	星食べよ(しお味)	クックダッセホワイトチョコ クックダッセチョコレート	おとととおやつバック(うすし)	48g さやえんどうしお味ミニ4	和みのひとさじ 黒みつ
夕食	ご飯 麻婆豆腐 さつま芋のバター煮 コンポート	ご飯 鶏肉のくわ焼き 大根のカニカマあん コンポート	ご飯 赤魚の塩麹焼き さつま揚げの煮物 コンポート	ご飯 豚肉の生姜焼き 小松菜の炒め煮 コンポート	ご飯 回鍋肉 ジャガイモのケチャップ炒め コンポート	ご飯 ポークカレー ブロッコリーのコンソメ炒め コンポート	ご飯 八宝菜 大根のそぼろ煮 コンポート
一日合計	エネルギー 1609 kcal 水分 972.5 g 蛋白質 65.5 g 脂質 37.5 g 食塩 5.00 g	エネルギー 1743 kcal 水分 987.9 g 蛋白質 69.3 g 脂質 56.8 g 食塩 4.53 g	エネルギー 1669 kcal 水分 1010.7 g 蛋白質 73.9 g 脂質 53.3 g 食塩 5.80 g	エネルギー 1813 kcal 水分 1018.9 g 蛋白質 72.4 g 脂質 66.6 g 食塩 5.08 g	エネルギー 1766 kcal 水分 953.4 g 蛋白質 84.1 g 脂質 53.8 g 食塩 5.26 g	エネルギー 1802 kcal 水分 1009.1 g 蛋白質 73.2 g 脂質 67.9 g 食塩 5.86 g	エネルギー 1716 kcal 水分 1038.2 g 蛋白質 81.0 g 脂質 47.1 g 食塩 5.53 g
日付	令和08年06月29日(月)	令和08年06月30日(火)	月間平均				
朝食	ご飯 ***** ミートボールナポリタン 菜の花の炒め物 ジョア	ご飯 ***** ぶりのみぞれ煮 ほうれん草とカニカマの煮浸し ジョア					朝食 エネルギー 460 kcal 水分 327.3 g 蛋白質 17.2 g 脂質 8.5 g 食塩 1.45 g
昼食	ご飯 白身魚の漬け焼き 里芋のたらこ和え 味噌汁 汁具(ほうれん草)	ごまだれ冷やし中華 かぼちゃコロッケ デザートムース(ストロベリー)					昼食 エネルギー 633 kcal 水分 367.2 g 蛋白質 31.1 g 脂質 21.8 g 食塩 2.4 g
おやつ	58g 無限エビ 羊羹カステラ	抹茶プリンCa					
夕食	ご飯 キーマカレー マッシュポテト風 コンポート	ご飯 鮭の塩焼き ウインナーとほうれん草のソテー コンポート					夕食 エネルギー 571 kcal 水分 303.7 g 蛋白質 22.3 g 脂質 19.7 g 食塩 1.50 g
一日合計	エネルギー 1511 kcal 水分 990.5 g 蛋白質 64.7 g 脂質 33.1 g 食塩 4.90 g	エネルギー 1642 kcal 水分 842.5 g 蛋白質 61.5 g 脂質 54.4 g 食塩 5.92 g					合計 エネルギー 1663 kcal 水分 998.2 g 蛋白質 70.6 g 脂質 50.0 g 食塩 5.34 g

食事内容は変更になる場合があります。