

[IMS]揭示用献立表

[老]常菜食1600（Aメニュー）

日付	令和08年09月01日(火)	令和08年09月02日(水)	令和08年09月03日(木)	令和08年09月04日(金)	令和08年09月05日(土)	令和08年09月06日(日)	令和08年09月07日(月)
朝食	ご飯 ***** 旬彩焼き ジャーマンポテト ジョア	ご飯 ***** 6種具材ひじき煮(豆腐入り) 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	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
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 豚肉とピーマンの炒め物 春雨の酢の物 すまし汁 汁具(白菜)	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 若鶏の甘辛チリ煮込み キャベツとツナの和え物 味噌汁 汁具(白菜)	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 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 鶏肉のみそ焼き 菜の花のお浸し すまし汁 汁具(白菜)
おやつ	抹茶プリンCa	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	48gさやえんどうしお味ミニ4	和みのひとさじ チョコ	和みのひとさじ 黒みつ	58g 無限エビ 羊羹カステラ
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 鮭の塩焼き 鶏肉と大根の煮物 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 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 中華風うま煮 カリフラワーのソテー コンポート	ご飯 豚大根 小松菜の炒め煮 コンポート	ご飯 グリルハンバーグ(トマト) 里芋のそぼろあんかけ コンポート
一日合計	エネルギー 1729 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 1713 kcal 水分 1001.1 g 蛋白質 67.2 g 脂質 56.0 g 食塩 5.79 g	エネルギー 1603 kcal 水分 995.5 g 蛋白質 70.5 g 脂質 51.7 g 食塩 5.24 g	エネルギー 1586 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 1709 kcal 水分 1083.2 g 蛋白質 67.7 g 脂質 52.0 g 食塩 5.19 g	エネルギー 1727 kcal 水分 1042.4 g 蛋白質 68.4 g 脂質 60.6 g 食塩 6.25 g	エネルギー 1653 kcal 水分 922.3 g 蛋白質 65.1 g 脂質 46.3 g 食塩 5.08 g
日付	令和08年09月08日(火)	令和08年09月09日(水)	令和08年09月10日(木)	令和08年09月11日(金)	令和08年09月12日(土)	令和08年09月13日(日)	令和08年09月14日(月)
朝食	ご飯 ***** ミートボール(トマトソース) 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	ご飯 ***** 旬彩焼き ジャーマンポテト 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 果ご飯の素 あじの西京焼き 小松菜と菊の和え物 果物(柿)	ご飯 さばの味噌煮 大根なます すまし汁 汁具(小松菜)	ご飯 酢鶏 春雨サラダ すまし汁 汁具(白菜)	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 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)	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)
おやつ	白い風船 コクうまミルククリー 45g 紀州の梅あげ	きな粉ミルクムース	40gベジたべるあっさりサラダ味	黒糖カステラサンド ミニサラダしお味	星食べよ(しお味)	プリン(マロン)	プリンモンブラン
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 豚ナスまろやか味噌炒め はんぺん煮 コンポート	ご飯 南瓜シチュー 青菜の炒め物 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 鶏肉の卵炒め 青梗菜と人参の炒め煮 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	ご飯 鶏肉のくわ焼き 大根のカニカマあん コンポート
一日合計	エネルギー 1687 kcal 水分 982.3 g 蛋白質 68.8 g 脂質 56.8 g 食塩 5.22 g	エネルギー 1598 kcal 水分 1171.3 g 蛋白質 54.6 g 脂質 40.7 g 食塩 6.19 g	エネルギー 1701 kcal 水分 1076.6 g 蛋白質 72.2 g 脂質 59.4 g 食塩 5.88 g	エネルギー 1622 kcal 水分 1005.0 g 蛋白質 67.2 g 脂質 40.1 g 食塩 5.37 g	エネルギー 1695 kcal 水分 948.2 g 蛋白質 69.3 g 脂質 56.0 g 食塩 5.38 g	エネルギー 1694 kcal 水分 1056.5 g 蛋白質 82.4 g 脂質 45.6 g 食塩 5.97 g	エネルギー 1777 kcal 水分 1042.0 g 蛋白質 70.2 g 脂質 59.4 g 食塩 4.67 g
日付	令和08年09月15日(火)	令和08年09月16日(水)	令和08年09月17日(木)	令和08年09月18日(金)	令和08年09月19日(土)	令和08年09月20日(日)	令和08年09月21日(月)
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 ***** がんもの煮物 肉野菜炒め ジョア	ご飯 ***** 6種具材ひじき煮(豆腐入り) 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	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
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 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 トマト煮込み 茄子のおろし和え つば漬け コンソメスープA	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 若鶏の甘辛チリ煮込み ほうれん草の二色和え 味噌汁 汁具(白菜)	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)	ご飯 赤飯の具 たぶら 菜の花の湯葉和え すまし汁A
おやつ	芋ようかん	栗ようかん	ババロリア(マロン)	ババロリア(かぼちゃ)	モンブランケーキ	和みのひとさじ 黒みつ	寿ムース
夕食	ご飯 麻婆豆腐 さつま芋のバター煮 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 豚肉のプルコギ風 菜の花のお浸し 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 回鍋肉 ジャガイモのケチャップ炒め コンポート	ご飯 八宝菜 大根のそぼろ煮 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
一日合計	エネルギー 1678 kcal 水分 981.3 g 蛋白質 62.2 g 脂質 45.9 g 食塩 5.50 g	エネルギー 1810 kcal 水分 1027.8 g 蛋白質 72.7 g 脂質 62.9 g 食塩 5.06 g	エネルギー 1604 kcal 水分 1034.5 g 蛋白質 55.3 g 脂質 43.0 g 食塩 6.37 g	エネルギー 1722 kcal 水分 1085.4 g 蛋白質 71.6 g 脂質 54.8 g 食塩 6.48 g	エネルギー 1818 kcal 水分 953.4 g 蛋白質 84.7 g 脂質 56.5 g 食塩 5.18 g	エネルギー 1717 kcal 水分 1038.2 g 蛋白質 81.0 g 脂質 47.1 g 食塩 5.53 g	エネルギー 1680 kcal 水分 1078.8 g 蛋白質 61.4 g 脂質 49.2 g 食塩 5.15 g
日付	令和08年09月22日(火)	令和08年09月23日(水)	令和08年09月24日(木)	令和08年09月25日(金)	令和08年09月26日(土)	令和08年09月27日(日)	令和08年09月28日(月)
朝食	ご飯 ***** ミートボール(トマトソース) 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	ご飯 ***** 旬彩焼き ジャーマンポテト ジョア
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)	ご飯 ブリの甘酢かけ 高野豆腐のあんかけ さくら大根 味噌汁A	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 豚肉のスタミナ炒め 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)	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)
おやつ	白い風船 コクうまミルククリー 45g 紀州の梅あげ	おはぎ(きなこ・あんこ)	40gベジたべるあっさりサラダ味	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	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 豚肉と野菜の炒め物 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	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
一日合計	エネルギー 1483 kcal 水分 990.5 g 蛋白質 64.3 g 脂質 32.8 g 食塩 4.86 g	エネルギー 1674 kcal 水分 1024.9 g 蛋白質 49.6 g 脂質 54.3 g 食塩 5.19 g	エネルギー 1670 kcal 水分 1035.9 g 蛋白質 64.9 g 脂質 57.9 g 食塩 5.44 g	エネルギー 1661 kcal 水分 1015.7 g 蛋白質 78.1 g 脂質 47.1 g 食塩 6.43 g	エネルギー 1661 kcal 水分 1059.6 g 蛋白質 72.1 g 脂質 54.9 g 食塩 5.38 g	エネルギー 1698 kcal 水分 1082.0 g 蛋白質 78.0 g 脂質 48.6 g 食塩 5.24 g	エネルギー 1729 kcal 水分 965.8 g 蛋白質 70.5 g 脂質 55.2 g 食塩 4.70 g
日付	令和08年09月29日(火)	令和08年09月30日(水)					月 間 平 均
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 ***** がんもの煮物 肉野菜炒め ジョア					朝食 エネルギー 464 kcal 水分 327.0 g 蛋白質 17.0 g 脂質 9.0 g 食塩 1.46 g
昼食	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)					昼食 エネルギー 633 kcal 水分 383 g 蛋白質 29.4 g 脂質 21.3 g 食塩 2.41 g
おやつ	羊羹カステラ	星食べよ(しお味)					
夕食	ご飯 グリルハンバーグ(トマト) マッシュポテト風 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					夕食 エネルギー 580 kcal 水分 306.4 g 蛋白質 22.7 g 脂質 20.7 g 食塩 1.58 g
一日合計	エネルギー 1667 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 1567 kcal 水分 995.5 g 蛋白質 69.9 g 脂質 49.9 g 食塩 5.37 g	エネルギー kcal 水分 g 蛋白質 g 脂質 g 食塩 g				合計 エネルギー 1678 kcal 水分 1016.4 g 蛋白質 69.1 g 脂質 50.9 g 食塩 5.44 g

献立内容は変更になる場合があります

イムスケアふじみの 栄養科