

9月				病棟献立表				＜常食1800＞				
9／1（月）		9／2（火）		9／3（水）		9／4（木）		9／5（金）				
あ	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞			
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食		
	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン		
	みそ汁（かぶ）	スペイン風オムレツ	みそ汁（キャベツ）	ロールキャベツのミネストローネ風	みそ汁（大根）	オムレツ	みそ汁（かぶ）	チキンボールクリーム煮	みそ汁（キャベツ）	スクランブルエッグ		
	だし巻玉子	牛乳	焼魚（ほっけ）	牛乳	冷やっこ	牛乳	西京焼（さわら）	牛乳	卵豆腐	牛乳		
	煮浸し（蒸し鶏）	野菜ジュース	菜の花のゆば和え	野菜ジュース	冬瓜の煮物	野菜ジュース	野菜の白和え	野菜ジュース	炒め煮（ツナ）	野菜ジュース		
	やさいふりかけ		のりごまふりかけ		たまごふりかけ		のりごまふりかけ		たまごふりかけ			
さ	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞			
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食		
	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん			
	かれい田楽		鶏肉のトマト煮込み（90）		さばみそ煮		とり肉ピザ風（鶏もも）		さけのみそマヨ焼き			
	付合（ほうれんそう）		付合（じゃがいも）		付合（里芋）		付合（ブロッコリー）		付合（小松菜）			
	炒め煮（鶏肉）		マヨ和え（さやいんげん）		塩昆布和え（蒸し鶏）		茹でサラダ（大根）		なすの炒め煮（豚挽肉）			
る	フルーツ（バナナ）		フルーツポンチ		フルーツ（オレンジ）		フルーツ（メロン）		フルーツ（バナナ）			
	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞			
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食		
	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん			
	ワンタン汁（メンマ）		かき玉汁（卵）		みそ汁（豆腐）		清汁（花麴）		卵スープ			
	つくね煮		麻婆豆腐（豚ひき）		豚の照焼き		五目玉子蒸し		豚肉の韓国風炒め			
	付合（小松菜）		なすの炒め煮（ピーマン）		付合（キャベツ）		付合（ほうれんそう）		甘酢和え（白菜）			
よ	茹ブロッコリー（マヨ）		和え物（チンゲン菜）		浸し和え（春菊）		うの花（こんにゃく）		茹でカリフラワー（フレンチ）			
	ゆかり和え（長芋 おくら）				マカロニサラダ（カニカマ）		茹でアスパラ（和風）					
	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞			
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食		
	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん			
	ワンタン汁（メンマ）		かき玉汁（卵）		みそ汁（豆腐）		清汁（花麴）		卵スープ			
	つくね煮		麻婆豆腐（豚ひき）		豚の照焼き		五目玉子蒸し		豚肉の韓国風炒め			
る	付合（小松菜）		なすの炒め煮（ピーマン）		付合（キャベツ）		付合（ほうれんそう）		甘酢和え（白菜）			
	茹ブロッコリー（マヨ）		和え物（チンゲン菜）		浸し和え（春菊）		うの花（こんにゃく）		茹でカリフラワー（フレンチ）			
	ゆかり和え（長芋 おくら）				マカロニサラダ（カニカマ）		茹でアスパラ（和風）					
	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞			
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食		
	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん			
	ワンタン汁（メンマ）		かき玉汁（卵）		みそ汁（豆腐）		清汁（花麴）		卵スープ			
成分値	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	たんぱく質	脂質	食塩相当量

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

榮養管理科

9月				病棟献立表				＜常食1800＞			
9／6（土）		9／7（日）		9／8（月）		9／9（火）		9／10（水）			
あ さ	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	
	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	
	みそ汁（豆腐）	キッシュ温野菜添え	みそ汁（かぶ）	ミートローフ（ポテトサラダ入り）	みそ汁（白菜）	スペイン風オムレツ	みそ汁（小松菜）	ロールキャベツのミネストローネ風	みそ汁（大根）	オムレツ	
	目玉焼(キャベツ)	牛乳	冷やっこ	牛乳	幽庵焼（さわら）	牛乳	温泉卵	牛乳	卵豆腐	牛乳	
	オクラのおかか和え	野菜ジュース	菜の花のゆば和え	野菜ジュース	野菜の白和え	野菜ジュース	なすの炒め煮（ピーマン）	野菜ジュース	煮浸し（小松菜）	野菜ジュース	
	やさいふりかけ		たまごふりかけ		のりごまふりかけ		味付のり		やさいふりかけ		
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
ひ る									＜選べるメニュー＞		
	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		A食		B食
	鶏肉おろし煮90		海鮮八宝菜		豚肉の生姜焼き		焼魚（赤魚）		ごはん		レモンクリームパスタ
	付合（チンゲン菜）		茹でサラダ（大根）		付合（キャベツ）		付合（さつまいも）		松風焼き		サラダ（ブロッコリー）
	かぶそぼろ煮（豚ひき）		フルーツポンチ（杏仁）		おろし和え（おくら）		茹でアスパラ（赤ピーマン）		付合（キャベツ）		フルーツ（バナナ）
よ る	フルーツヨーグルト				フルーツ（キウイ）		デザートムース		サラダ（ブロッコリー）		
									フルーツ（バナナ）		
成分値	ごはん		ごはん		あわごはん		ごはん		ごはん		ごはん
	みそ汁（じゃがいも）		コンソメスープ(キャベツ)		みそ汁（なめこ）		みそ汁（キャベツ）		みそ汁（玉ねぎ）		みそ汁（玉ねぎ）
	梅干煮（あじ）		煮込みハンバーグ（豚ひき）		鰯の野菜あんかけ		肉豆腐（豚もも）		漬け焼（金目鯛）		漬け焼（金目鯛）
	付合（冷ほうれんそう）		付合（ブロッコリー）		含め煮（里芋）		含煮（南瓜）		付合（おくら）		付合（おくら）
	サラダ(アスパラ)		春雨サラダ（さやいんげん）		茹ブロッコリー（マヨ）		お浸し（ほうれん草）		旨煮（焼豆腐）		旨煮（焼豆腐）
いんげんのポン酢ごま和え		お浸し（小松菜）						ごま和え（カリフラワー）		ごま和え（カリフラワー）	
成分値	1725kcal	1742kcal	1781kcal	1768kcal	1824kcal	1779kcal	1755kcal	1646kcal	1725kcal	1973kcal	
	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	
	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	脂質	
	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	食塩相当量	

9月		病		棟		献		立		表		＜常食1800＞								
9／1 1 (木)		9／1 2 (金)		9／1 3 (土)		9／1 4 (日)		9／1 5 (月)												
あ	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞									
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食								
	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン								
	みそ汁(豆腐)	チキンボールクリーム煮	みそ汁(里芋)	スクランブルエッグ	みそ汁(じゃがいも)	キッシュ温野菜添え	みそ汁(ほうれん草)	ミートローフ(ポテトサラダ入り)	みそ汁(大根)	スペイン風オムレツ	みそ汁(大根)	スペイン風オムレツ								
	温泉卵	牛乳	冷やっこ	牛乳	西京焼(さわら)	牛乳	卵豆腐	牛乳	豆腐あんかけ(かかマ)	牛乳	豆腐あんかけ(かかマ)	牛乳								
	炒め煮(白菜)	野菜ジュース	煮浸し(キャベツ)	野菜ジュース	野菜の白和え	野菜ジュース	くず煮(冬瓜)	野菜ジュース	オクラと湯葉のお浸し	野菜ジュース	オクラと湯葉のお浸し	野菜ジュース								
	のりごまふりかけ		たまごふりかけ		やさいふりかけ		のりごまふりかけ		たまごふりかけ		たまごふりかけ									
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳										
ひ	＜選べるメニュー＞																			
	A食	B食	散らし寿司(穴子)		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん									
	ごはん	チャーハン	なすの炒め煮(豚挽肉)		海鮮八宝菜		ミートローフ(合挽肉)		ミートローフ(合挽肉)		たら田楽									
	鮭のポテト焼き	くず煮(冬瓜)	フルーツポンチ(生果物なし)		お浸し(チンゲン菜)		付合(さやいんげん)		付合(さやいんげん)		付合(里芋)									
	付合(チンゲン菜)	フルーツヨーグルト			フルーツ(キウイ)		ひじきのサラダ(胡瓜)		ひじきのサラダ(胡瓜)		さつま芋サラダ									
	くず煮(冬瓜)						フルーツ(バナナ)		フルーツ(バナナ)		デザートムース									
フルーツヨーグルト																				
よ																				
	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん									
	清汁(大根)		みそ汁(白菜)		卵スープ		みそ汁(キャベツ)		みそ汁(キャベツ)		みそ汁(切ふ)									
	ぶた肉みそ焼(豚もも)		豚の照焼き		鶏のから揚げ(レモン塩味)		照焼(冷さば)		照焼(冷さば)		豚肉の生姜焼き									
	付合(小松菜)		付合(アスパラ)		付合(ブロッコリー)		付合(チンゲン菜)		付合(チンゲン菜)		付合(小松菜)									
	マカロニサラダ(カニカマ)		昆布煮付		サラダ(キャベツ)		含煮(南瓜)		含煮(南瓜)		ツナサラダ(キャベツ)									
ゆかり和え(とろろ)		ナムル(ほうれん草)		からし和え(菜の花)		茹でアスパラ(マヨ)		茹でアスパラ(マヨ)		ごま和え(ブロッコリー)										
成分値	1830kcal		1833kcal		1866kcal		1894kcal		1828kcal		1792kcal		1816kcal		1848kcal		1820kcal		1787kcal	
	たんぱく質	68.2g	たんぱく質	61g	たんぱく質	71g	たんぱく質	66.1g	たんぱく質	78.4g	たんぱく質	72.3g	たんぱく質	64.6g	たんぱく質	60.6g	たんぱく質	69.3g	たんぱく質	65.2g
	脂質	47.5g	脂質	65.1g	脂質	46.1g	脂質	67.5g	脂質	43.3g	脂質	57.2g	脂質	43.3g	脂質	62.4g	脂質	39.2g	脂質	50.3g
	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	6.8g	食塩相当量	6.5g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	6.8g	食塩相当量	5.8g	食塩相当量	5.2g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.8g

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

9月				病棟献立表				＜常食1800＞			
9／16(火)		9／17(水)		9／18(木)		9／19(金)		9／20(土)			
あさ	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		
	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	
	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	
	みそ汁（白菜）	ロールキャベツのミネストローネ風	みそ汁（かぶ）	オムレツ	みそ汁（里芋）	チキンボールクリーム煮	みそ汁（小松菜）	スクランブルエッグ	みそ汁（大根）	キッシュ温野菜添え	
	卵とじ（玉ねぎ）	牛乳	豆腐野菜あんかけ	牛乳	幽庵焼（さわら）	牛乳	冷やっこ	牛乳	だし巻玉子	牛乳	
	野菜の白和え	野菜ジュース	菜の花のゆば和え	野菜ジュース	オクラのおかか和え	野菜ジュース	炒め煮（白菜）	野菜ジュース	野菜の白和え	野菜ジュース	
	やさいふりかけ		たまごふりかけ		のりごまふりかけ		たまごふりかけ		やさいふりかけ		
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
ひる	ごはん 鶏肉香り焼 付合（じゃがいも） 茹でサラダ（大根） フルーツ（オレンジ）		ごはん 赤魚生姜醤油焼き 付合（チンゲン菜） なすの揚げ浸し フルーツ（キウイ）		ごはん 鶏肉トマト煮込み 付合（じゃがいも） 茹でサラダ（キャベツ） フルーツ（バナナ）		ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜サラダ（アスパラ） フルーツポンチ（杏仁）		ごはん 豚肉の生姜焼き 付合（キャベツ） なすの煮浸し デザートムース		
	ごはん みそ汁（キャベツ） ねぎ塩焼き（あじ） 付合（冷ほうれんそう） 春雨サラダ（アスパラ） きざみオクラ（人参）		ごはん コンソメスープ（玉ねぎ） 煮込みハンバーグ（豚ひき） 付合（ブロッコリー） 小松菜のサラダ（マヨ） ゆかり和え（とろろ）		ごはん みそ汁（白菜） 五目玉子蒸し 付合（チンゲン菜） 煮物（大根） くるみ和え（菜の花）		ごはん みそ汁（玉ねぎ） 鶏肉のさっぱり炒め 付合（ブロッコリー） かぶそぼろ煮（鶏ひき） マヨネーズ和え（チンゲン菜）		ごはん 鶏汁（豆腐） 手作りさつま揚げ風 付合（おくら） 小松菜のみそ炒め（卵） 甘酢和え（カリフラワー）		
	エネルギー 1818kcal たんぱく質 69.2g 脂質 45.6g 食塩相当量 5.9g		エネルギー 1809kcal たんぱく質 69.8g 脂質 42.6g 食塩相当量 5.7g		エネルギー 1787kcal たんぱく質 72.4g 脂質 40.5g 食塩相当量 6.1g		エネルギー 1832kcal たんぱく質 75.1g 脂質 41.7g 食塩相当量 5.9g		エネルギー 1733kcal たんぱく質 63.5g 脂質 37.9g 食塩相当量 5.9g		
	エネルギー 1644kcal たんぱく質 63.8g 脂質 44.1g 食塩相当量 6.4g		エネルギー 1818kcal たんぱく質 64.9g 脂質 64.3g 食塩相当量 5g		エネルギー 1846kcal たんぱく質 68.2g 脂質 59.7g 食塩相当量 6.8g		エネルギー 1866kcal たんぱく質 70.6g 脂質 63.1g 食塩相当量 5.4g		エネルギー 1700kcal たんぱく質 62.8g 脂質 50.5g 食塩相当量 6g		
	エネルギー 1644kcal たんぱく質 63.8g 脂質 44.1g 食塩相当量 6.4g		エネルギー 1818kcal たんぱく質 64.9g 脂質 64.3g 食塩相当量 5g		エネルギー 1846kcal たんぱく質 68.2g 脂質 59.7g 食塩相当量 6.8g		エネルギー 1866kcal たんぱく質 70.6g 脂質 63.1g 食塩相当量 5.4g		エネルギー 1700kcal たんぱく質 62.8g 脂質 50.5g 食塩相当量 6g		

9月				病		棟		献		立		表		＜常食1800＞							
		9／21（日）				9／22（月）				9／23（火）				9／24（水）				9／25（木）			
あ	＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞				
	A食		B食		A食		B食		A食		B食		A食		B食		A食		B食		
	ごはん		パン		ごはん		パン		ごはん		パン		ごはん		パン		ごはん		パン		
	みそ汁（キャベツ）		ミートローフ（ポテトサラダ入り）		みそ汁（大根）		スペイン風オムレツ		みそ汁（豆腐）		ロールキャベツのミネストローネ風		みそ汁（じゃがいも）		オムレツ		みそ汁（里芋）		チキンボールクリーム煮		
	豆腐そぼろあんかけ（鶏ひき）		牛乳		卵豆腐		牛乳		焼魚（ほっけ）		牛乳		豆腐野菜あんかけ		牛乳		温泉卵		牛乳		
	菜の花のゆば和え		野菜ジュース		炒め煮（ほうれん草）		野菜ジュース		オクラと湯葉のお浸し		野菜ジュース		いんげんの胡麻和え		野菜ジュース		かぶ煮物（ツナ）		野菜ジュース		
	たまごふりかけ				のりごまふりかけ				やさいふりかけ				たまごふりかけ				やさいふりかけ				
	牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				
ひ	ごはん				ごはん				ごはん				ごはん				ごはん				
	さばみそ煮				とり肉ピザ風（鶏もも）				麻婆豆腐（豚ひき）				鶏肉香り焼				酒蒸し（赤魚）				
	付合（チンゲン菜）				付合（じゃがいも）				春雨サラダ（さやいんげん）				付合（アスパラ）				付合（チンゲン菜）				
	茹でサラダ（大根）				ゆかり和え（カリフラワー60）				フルーツ（キウイ）				お浸し（ほうれん草）				キャベツの塩昆布和え				
	フルーツ（バナナ）				フルーツヨーグルト								デザートムース				フルーツ（なし）				
よ	ごはん				ごはん				ごはん				ごはん				ごはん				
	みそ汁（小松菜）				みそ汁（白菜）				みそ汁（玉ねぎ）				ワンタン汁（白菜）				みそ汁（大根）				
	豚の照焼き				ねぎ塩焼き（あじ）				ポークチャップ（豚ロース90）				照焼（ぶり）				肉豆腐（豚もも）				
	付合（ブロッコリー）				付合（なす）				付合（ブロッコリー）				付合（小松菜）				含煮（南瓜）				
	炒め煮（白菜）				含煮（南瓜）				なすの炒め煮（赤ピーマン）				さつま芋サラダ				きざみオクラ				
	茹でアスパラ（フレンチ）				小松菜のマヨ和え（卵）				からし和え（菜の花）				おかか和え（ブロッコリー）								
成分値	エネルギー	1884kcal	エネルギー	1843kcal	エネルギー	1834kcal	エネルギー	1831kcal	エネルギー	1836kcal	エネルギー	1712kcal	エネルギー	1837kcal	エネルギー	1826kcal	エネルギー	1794kcal	エネルギー	1872kcal	
	たんぱく質	68.8g	たんぱく質	58.6g	たんぱく質	70.9g	たんぱく質	68.8g	たんぱく質	77.3g	たんぱく質	67.7g	たんぱく質	72g	たんぱく質	68.3g	たんぱく質	66.6g	たんぱく質	67.3g	
	脂質	45.2g	脂質	62.5g	脂質	45.3g	脂質	54.1g	脂質	41.4g	脂質	44.5g	脂質	44.9g	脂質	65.5g	脂質	34.8g	脂質	56g	
	食塩相当量	6.4g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	6.5g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	6.9g	食塩相当量	7.7g	食塩相当量	6.3g	食塩相当量	5.7g	食塩相当量	6.2g	食塩相当量	6.9g	

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

9月				病棟献立表				＜常食1800＞																																	
9／26（金）				9／27（土）				9／28（日）				9／29（月）				9／30（火）																									
あさ	＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞				＜選べるメニュー＞																								
	A食		B食		A食		B食		A食		B食		A食		B食		A食		B食																						
	ごはん		パン		ごはん		パン		ごはん		パン		ごはん		パン		ごはん		パン																						
	みそ汁（小松菜）		スクランブルエッグ		みそ汁（かぶ）		キッシュ温野菜添え		みそ汁（大根）		ミートローフ（ポテトサラダ入り）		みそ汁（玉ねぎ）		スペイン風オムレツ		みそ汁（白菜）		ロールキャベツのミネストローネ風																						
	卵とじ（玉ねぎ）		牛乳		目玉焼（P醤油）		牛乳		豆腐あんかけ（かま）		牛乳		温泉卵		牛乳		冷やっこ		牛乳																						
	野菜の白和え		野菜ジュース		炒め煮（ほうれん草）		野菜ジュース		オクラと湯葉のお浸し		野菜ジュース		炒め煮（チンゲン菜）		野菜ジュース		炒め煮（かぶ）		野菜ジュース																						
	のりごまふりかけ				やさいふりかけ				たまごふりかけ				やさいふりかけ				たまごふりかけ																								
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳																									
ひる	麦ごはん ぶた肉みそ焼（豚もも） 付合（チンゲン菜） くるみ和え（白菜） フルーツ（ぶどう）				ごはん 海鮮八宝菜 茹でサラダ（蒸し鶏） フルーツ（バナナ）				ごはん 鮭のポテト焼き 付合（ブロッコリー） 和え物（卵） フルーツポンチ（杏仁）				ごはん 豚ヒレソテーマスタードソース添え 付合（じゃがいも） 茹でアスパラ（マヨ） フルーツ（オレンジ）				ごはん 梅味噌胡麻焼き（鰯） 付合（揚げなす） 茹でサラダ（大根） フルーツ（キウイ）																								
	よる	ごはん 清汁（豆腐） 煮魚（たら） 付合（キャベツ） 磯辺和え（菜の花） きゃらぶき（ふき）				ごはん みそ汁（大根葉） 煮込みハンバーグ（豚ひき） 付合（ブロッコリー） サラダ（小松菜） ゆかり和え（とろろ）				ごはん みそ汁（豆腐） 五目玉子蒸し 付合（揚げなす） かぶそぼろ煮（豚ひき） いんげんのポン酢ごま和え				ごはん みそ汁（キャベツ） 鰯の野菜あんかけ おろし和え（葉大根） お浸し（ほうれん草）				ごはん かき玉汁（卵） 鶏肉の竜田揚げ 付合（おくら） 煮物（じゃがいも） ごま和え（ブロッコリー）																							
		エネルギー		1697kcal		エネルギー		1663kcal		エネルギー		1726kcal		エネルギー		1756kcal		エネルギー		1823kcal		エネルギー		1811kcal		エネルギー		1732kcal		エネルギー		1707kcal		エネルギー		1819kcal		エネルギー		1685kcal	
		たんぱく質		67.1g		たんぱく質		61.8g		たんぱく質		72g		たんぱく質		71.8g		たんぱく質		68.3g		たんぱく質		61.5g		たんぱく質		72.4g		たんぱく質		70.3g		たんぱく質		74.3g		たんぱく質		66.5g	
		脂質		37g		脂質		53.7g		脂質		31.7g		脂質		46.3g		脂質		42.8g		脂質		62.2g		脂質		40g		脂質		46.6g		脂質		44.5g		脂質		46.2g	
食塩相当量		6.3g		食塩相当量		5.5g		食塩相当量		5.8g		食塩相当量		6g		食塩相当量		5.9g		食塩相当量		5.7g		食塩相当量		6.2g		食塩相当量		5.8g		食塩相当量		6.1g		食塩相当量		6.9g			