

献立表

蛋白質コントロール

朝	A	定食				8/1 無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ 野菜の炒め物(小柱) ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	8/2 無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ ﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ(D) ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ
昼	A	定食				彩り野菜のﾏｶﾘﾋﾞ サラダﾀﾞﾝﾄﾝつゆ(減 ﾔﾋﾞ焼売②) 煮豆(金時豆)	低たんぱく御飯 180 ｼﾁｭｰP(ｶﾚｰ風味 野菜のﾏﾘﾈ ﾌﾙｰﾂ缶 ﾌﾙｰﾂｸﾞｰﾄ(P)
夕	A	定食				低たんぱく御飯 180 豚ｶﾂ(45 付)ﾊｯｸﾞｿｰｽ 長芋サラダ いり豆腐 りんごのｺﾝﾎﾟｰﾄ	低たんぱく御飯 180 肉豆腐(P) 南瓜いとこ煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ｱﾅﾎﾞ・ﾊﾞﾍﾞﾝ)
			8/3	8/4	8/5	8/6	8/7
朝	A	定食	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ ｼｰﾌｰﾄﾞｸﾞﾗﾅﾝ(D) ﾌﾙｰﾂ缶 ｼｮｳｳ(ﾌﾞﾚｰﾝ)	無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ ｽﾏｲﾔｼﾔﾐｼﾅﾝ(D) 付)ｹﾁｬｯﾌﾟ ﾊｯｸﾞ ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90g・ﾏｰﾚｰﾄﾞ ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾋﾞﾂのｼﾂｰ(P) ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ ｸﾘｰﾑ煮(P) ﾌﾙｰﾂ缶 ｼｮｳｳ(ﾌﾞﾚｰﾝ)	無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ ｽｰﾌﾞ仕立て P ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ
昼	A	定食	低たんぱく御飯 180 ﾌﾘの照り焼き(40) 長芋のみたらし風 ゆかり和え(ｷｬﾍﾞﾂ)	低たんぱく御飯 180 鶏肉のﾄﾏﾄ煮(60) 納しぎ(MCT) 春雨サラダ	低たんぱく御飯 180 回鍋肉 P 大根とツﾅのﾂﾂ 春巻(50)	低たんぱく御飯 180 ﾂﾂの香味ﾂｰｽ(40)揚げ 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどんP90 めんつゆ(冷) 減塩 付)七味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)
夕	A	定食	低たんぱく御飯 180 ﾌﾘの照り焼き(40) ぜんまいの炒め煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾅﾑﾙ 粉ﾔﾋﾞｰ	低たんぱく御飯 180 ﾌﾙｰﾂ缶 粉ﾔﾋﾞ 含め煮(大根・人参) 南瓜サラダ	低たんぱく御飯 180 ｽﾏｲﾔｼ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾂ焼 ｷﾞﾂﾂ 杏仁豆腐	低たんぱく御飯 180 ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌﾞ(1/2MCT) ｽﾏｲﾔｼ(ﾏﾂ) ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃)	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き(40) 牛蒡のしぐれ煮 手作りｾﾞﾘｰ(ｸﾞﾚｰﾌ)
			8/10	8/11	8/12	8/13	8/14
朝	A	定食	無塩ﾊﾞﾝ90g・ﾏｰﾚｰﾄﾞ ﾋｰﾝｽﾞｽｰﾌﾟ(P) ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ 野菜ｿﾂｰ(ﾌ) ﾌﾙｰﾂ缶 粉ﾔﾋﾞ もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ ｼﾞｬｶ芋のﾄﾏﾄ煮(P) ﾌﾙｰﾂ缶 ｼｮｳｳ(ﾌﾞﾚｰﾝ)	無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ 夏野菜ｿﾂｰ(MCT) ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ ｺｰﾙｽﾗｰ(冷) 煮 ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ
昼	A	定食	低たんぱく御飯 180 鰯の田楽焼き 金平ごぼう 春雨ﾂﾂ(ｶﾌﾙ)	低たんぱく御飯 180 豚肉の生姜焼きP ごま和え(ｲﾝﾔﾝ) 白菜ｿﾂｰ	冷やし中華(P) 冷やし中華つゆ(減塩) ごぼうサラダ 揚げﾔﾋﾞ焼売③	低たんぱく御飯 180 黒ﾒﾙのﾄﾏﾄｽｰｽ(40) ｷﾞﾂﾂ ﾚﾂｽサラダ(ﾊﾑ) 粉ﾔﾋﾞｰ	低たんぱく御飯 180 ホｷの味噌焼き(60) 里芋の煮物 わさび和え(ﾏﾂﾂﾂ)
夕	A	定食	低たんぱく御飯 180 豚肉の甘辛焼き(P) 葛切り団子黒蜜かけ	低たんぱく御飯 180 鶏肉の甘辛焼きP 煮込みﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ｿｲﾁｮｳ(黒糖)	低たんぱく御飯 180 ｷｼﾂｰﾌﾞ(ｶﾚｰ風味) 野菜の甘みそ炒め 長芋とｺﾌﾞﾗの梅和え ﾂﾂ	低たんぱく御飯 180 鶏肉の照り焼き(D) 春雨の金平煮 白菜の酢の物	低たんぱく御飯 180 酢とり(60) 野菜の中華和え 胡麻団子(2個) 中華ｽｰﾌﾞ(ｸﾏ・ねぎ)
			8/17	8/18	8/19	8/20	8/21
朝	A	定食	無塩ﾊﾞﾝ90g・ﾏｰﾚｰﾄﾞ 豚しやぶﾂ(ﾌ) ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ ｷｬﾍﾞﾂ(ﾌ) ﾌﾙｰﾂ缶 粉ﾔﾋﾞ ｼｮｳｳ(ﾌﾞﾚｰﾝ)	無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ ﾌﾙｰﾂ缶(P) ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90g・ﾏｰﾚｰﾄﾞ ﾊﾑ野菜ｿﾂｰ(ﾌ) 減 ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾞ煮(ｷｬﾍﾞ) ﾌﾙｰﾂ缶 粉ﾔﾋﾞ もともととｶｼﾔﾐ
昼	A	定食	低たんぱく御飯 180 ﾂｷﾝﾋﾞ ｶﾌ50皮付(ｶ) 花野菜サラダ ﾂｰﾌﾞ ｽﾏｲﾔｼ(ﾌ) ﾌﾙｰﾂ缶	低たんぱく御飯 180 ﾌﾘの照り焼き(40) さつまいも(ｲﾝﾔﾝ) 煮しめ(ｶﾌ)	低たんぱく御飯 180 ｷｼﾂｰﾌﾞ(ｶﾚｰ風味) ごま和え(ｲﾝﾔﾝ) ｷﾞﾂﾂ(ﾌ)	ｶﾌﾞﾂﾂ(ﾌ)低蛋白 白菜と小柱のｼﾂｰ ｺｰﾝサラダ	低たんぱく御飯 180 ｽﾏｲﾔｼ(ﾌ) 煮(ｷｬﾍ) 付) ｷｼﾂｰﾌﾞ ｷｼﾂｰ ごぼうとｺﾂﾂの煮物 白菜のﾌﾂ和え
夕	A	定食	低たんぱく御飯 180 ｱｶｳｵの唐揚げ(60) 付)ﾊｯｸﾞ 醬油 ﾎﾝ酢和え(ｷｬﾍﾞ)P	低たんぱく御飯 180 鶏肉のｽﾏｲﾄﾞ 焼き(60) ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(ﾓﾂ) 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾞ	低たんぱく御飯 180 ﾂﾌﾞらP 天つゆ 炒り豆腐(P) 海藻サラダ(ｷｬﾂ)	低たんぱく御飯 180 鰯の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞ)・ｸﾏ ﾛｰﾙケーキ(抹茶)	低たんぱく御飯 180 ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌﾞ(1/2MCT) ﾂｽの炒め物(P) 小松菜と卵の和え物 ﾌﾙｰﾂ缶
			8/24	8/25	8/26	8/27	8/28
朝	A	定食	無塩ﾊﾞﾝ90g・ﾏｰﾚｰﾄﾞ 野菜ｿﾂｰ ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ 鶏肉と野菜のｺﾝｼﾞ煮 ﾌﾙｰﾂ缶 ｼｮｳｳ(ﾌﾞﾚｰﾝ)	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾞ ﾌﾙｰﾂ缶 粉ﾔﾋﾞ もともととｶｼﾔﾐ	無塩ﾊﾞﾝ90g・ｲﾂｺ ﾊﾑﾎﾝｽﾞ(D) ﾌﾙｰﾂ缶 牛乳	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾋﾞﾂのｼﾂｰ ﾌﾙｰﾂ缶 もともととｶｼﾔﾐ
昼	A	定食	低たんぱく御飯 180 鰯の梅風味照焼き 40 青菜とﾄﾏﾄの炒め物 ごぼうの胡麻和え	ｼｬｰｼﾞｬｰ(ﾌ) 揚げ焼売② かぶのﾅﾑﾙ 粉ﾔﾋﾞｰ	低たんぱく御飯 180 ﾂｷﾝﾂｰﾌﾞD ツﾅサラダ(ﾏﾂ) ｺﾝｼﾞ(ｷｬﾍ) 1/2	低たんぱく御飯 180 ﾂﾝｼﾞｬｵﾛｰｽD 春巻(50) ｷｬﾍﾞのｺﾂ和え	低たんぱく御飯 180 鰯の南蛮漬(40) 茄子の生姜炒め 海藻サラダ(ﾄﾏﾄ)
夕	A	定食	低たんぱく御飯 180 豆腐ﾊﾞｰｸ(1/2) 切干大根の生姜炒め 味噌増和え(ｸﾏ)	低たんぱく御飯 180 ﾋｰﾌﾞｼｬｰP 盛合せﾌﾗﾝｽﾞ(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ﾌﾙｰﾂ缶	低たんぱく御飯 180 蟹玉(P) 春雨ﾂﾂK 杏仁豆腐	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き(60) 大根の炒め物 ﾎﾂﾄﾞサラダ(ﾌ) りんごのｺﾝﾎﾟｰﾄ	低たんぱく御飯 180 ｺﾛｯｸ 付)ﾊｯｸﾞ ｿｰｽ 付) ﾏﾂｺｰｽ あんみつ 味噌汁(ｸﾏ・ﾀﾏﾈｷ)
			8/31				
朝	A	定食	無塩ﾊﾞﾝ90gﾊﾀｰ 南瓜のｽｰﾌﾞ煮(D) ﾌﾙｰﾂ缶 ｼｮｳｳ(ﾌﾞﾚｰﾝ)				
昼	A	定食	低たんぱく御飯 180 松風焼き(P) 煮浸し(白菜・ｺﾝｼﾞ) ﾂｷ和え(ｷｬﾂ)				
夕	A	定食	低たんぱく御飯 180 ﾂｽの唐揚げ(40) 炊き合わせ(里・薫) ﾄﾏﾄとｸﾂの和え物 味噌汁(大根・ｸﾂ 1/2)				