

# 獻 立 表

減鹽食1800kcal

						8/1	8/2	
朝	A定食					無塩パン90g・バター野菜の炒め物(小柱)果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴミネストローネ(チキン)牛乳	
	B定食					ご飯 200g 鶏肉の治部煮(D)なす酢味噌和え果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g 鶏の塩焼き(80)キャベツのお浸し果物(パナ)0.5単位牛乳	
昼	A定食					彩り野菜のサバリ麺 サラダうどん(減エビ焼壳②)煮豆(金時豆)	ご飯 200g シャュー(カレー風味)野菜のマリネ果物(キウイ)	
	B定食					ご飯 200g メバルの甘酢あんかけエビ焼壳②煮豆(金時豆)	ご飯 200g 赤魚の照り煮野菜のマリネ果物(キウイ)	
夕	A定食					ご飯 200g 鶏肉のパン粉焼付) ハックソースピーンズサラダいり豆腐果物(りんご)	ご飯 150g 肉豆腐 南瓜の煮物 小松菜の土佐和え清汁(ケギ・パン)	
		8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	8/8	8/9
朝	A定食	無塩パン90g・バターケーフード(ガラタン)果物(メロン)ジョア(ブレーン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハニッシュオムレツ)付) ケチャップ パウチ果物(オレンジ)D牛乳	無塩パン90g・バターケーフラワーとエビのソテー果物(パイン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ソーブ)立てて果物(メロン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ボーケビーンズ(H))果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴボーケビーンズ(H)果物(オレンジ)D牛乳	
	B定食	ご飯 200g 鶏つくね野菜煮果物(メロン)ジョア(ブレーン)牛乳	ご飯 200g ほつけの塩焼き 70お浸し(わら)果物(オレンジ)D牛乳	ご飯 200g 肉みそ豆腐(D)いんげんのナムル(減塩)果物(パイン)牛乳	ご飯 200g 鶏肉のおろし煮とろろ芋付) バック酱油果物(パナ)0.5単位)ジョア(ブレーン)	ご飯 200g 五目あんかけ豆腐果物(メロン)牛乳	ご飯 200g ほつけの塩焼き 70いんげんのナムル風果物(パナ)0.5単位牛乳	
昼	A定食	ご飯 200g ブリの照り焼き(80)切干大根煮(薩摩揚げ)ゆかり和え(キャベツ)	ご飯 200g 鶏肉のトマト煮鍋しが 春雨サラダ	ご飯 200g 回鍋肉 大根とツナのサバ焼壳②	ご飯 200g 粋の香草ソース(焼)大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	きつねうどん(250)めんつゆ(冷)減塩エビ七味唐辛子竹輪とキャベツの金平煮豆(金時豆)	ご飯 200g 細の田楽焼き 100(減)金平ごぼう 春雨サラダ(カイレ)	
	B定食	ご飯 200g 豚肉と厚揚げの炒め物 切干大根煮(薩摩揚げ)ゆかり和え(キャベツ)	ご飯 200g 膽の照り焼き 100 減大根おろし 鍋しが 春雨サラダ	たらこクリームパゲティ-減クーリームソース(減)大根とツナのサバ焼壳②	ご飯 200g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	ご飯 200g ご飯 200g 鶏肉の照り焼き(60)竹輪とキャベツの金平煮豆(金時豆)	ご飯 200g 高野豆腐の味噌煮果物(オレンジ)D牛乳	
夕	A定食	ご飯 200g 鶏肉の生姜焼き(90)せんまいの炒め煮 キュウリのナムル果物(パナ)0.5単位)	ご飯 150g メバルの梅焼き 五目豆 南瓜サラダ 果物(りんご)	ご飯 200g タルサ(白身)レモンパ焼ホタドリテー 果物(オレンジ)D 味噌汁(ナス・ホー)1/2	ご飯 150g トローフ H ハバケ'ティーサダ'(マヨ) 果物(りんご)	コーン御飯(200)赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 果物(パナ)0.5単位)	行事食献立 お楽しみに!	ご飯 200g のし鶏 切干大根煮(薩摩揚げ)果物(りんご) 清汁(ギ・シラタマ)1/2
		8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15	8/16
朝	A定食	無塩パン90g・マーピーイチゴ(カーネルモリ卵)果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・バターケーフラワーとエビのソテー果物(パイン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(夏野菜)H 果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(卵サラダ)H 果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・バターケーフラワーとエビのソテー果物(メロン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハムエッグ付) ケチャップ パウチ果物(オレンジ)D牛乳	
	B定食	ご飯 200g ほつけの塩焼き 70いんげんのナムル風果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g 厚揚とチキン菜の煮物豆(メロン)牛乳	ご飯 200g 豆腐の卵とじ 果物(オレンジ)D ジョア(ブレーン)	ご飯 200g 膽の塩焼き サイの和え物(マヤ・カイワ)果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g 土佐納豆 大根の煮物 果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g メバルの煮付け ごま和え(イイゲン) 果物(メロン)牛乳	
昼	A定食	ご飯 200g ご飯 200g 金平ごぼう 春雨サラダ(カイレ)	ご飯 200g 金平ごぼう 春雨サラダ(カイレ)	冷やし中華(冷)ごま和え(イイゲン)白菜とベーコンのソテー	ご飯 150g 黒むつのトマトソース(80)減ホタドリテー レタスサラダ(ハム)	ご飯 200g 木の味噌焼き 里芋の煮物 わさび和え(コマツナシマジ)ふりかけ(Catame)	ご飯 200g 八宝菜 烧壳③ 彩りなます減	ビビンバ丼(200)竹輪と牛蒡の金平果物(メロン)
	B定食	ご飯 200g 鶏肉の生姜焼き(90)金平ごぼう 春雨サラダ(カイレ)	ご飯 200g 鮭のムニエル ごま和え(イイゲン)白菜とベーコンのソテー	ご飯 150g 豚の味噌(コネス)焼き ごぼうサラダ(エビ)焼壳②	ご飯 150g 豚肉のタリタリソース付)タルタルソース(マヤ)レタスサラダ(ハム)	ホリタソバゲティ 減里芋の煮物 わさび和え(コマツナシマジ)レタスサラダ(ハム)	とろろ肉うどん めんつゆ(冷)焼壳③ 彩りなます減	ご飯 200g 鮭のチャンチャン焼き風竹輪と牛蒡の金平果物(メロン)
夕	A定食	ご飯 200g 豚肉の甘辛焼き(80)ピーナツ和え(小松菜)果物(りんご)味噌汁(ナス・ホー)味(パナ)0.5単位)	ご飯 150g 栗原はるみさん監修の牛乳	ご飯 200g ハーブの和風ソース(10減野菜の甘みそ炒め長芋とオクラの梅和え果物(りんご)	ご飯 200g 鶏肉の照り焼き(減塩)大豆とひじきの煮物 白菜の酢の物 果物(メロン)	ご飯 200g 酢豚 野菜の中華和え 果物(りんご)	牛丼(200) 小松菜の和え物 果物(オレンジ)D	ご飯 200g チキンのパン粉焼き(H)ハムソース(付) ハックソース(ギ・ラタマ)1/2
		8/17	8/18	8/19	8/20	8/21	8/22	8/23
朝	A定食	無塩パン90g・マーピーイチゴ(カーネルモリ卵)H)果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(鶏肉と野菜のソテー果物(パイン)0.5単位)ジョア(ブレーン)	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ミネストローネ(チキン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハム野菜)H 果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(トマト煮(チキン)果物(オレンジ)D牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(南瓜と挽き肉のソース)煮果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハムのサラダ)果物(メロン)ジョア(ブレーン)
	B定食	ご飯 200g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜)果物(パナ)0.5単位)ジョア(ブレーン)	ご飯 200g 五目野菜煮 減果物(パイン)牛乳	ご飯 200g 和風炒め(キビ) 果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g がんもと野菜の煮物 果物(オレンジ)D牛乳	ご飯 200g 土佐納豆 大根とチキンの煮物(減)果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g ほつけの塩焼き 70エビの中華風和え 果物(メロン)ジョア(ブレーン)
昼	A定食	カレービラフ(200)花野菜サラダ 果物(メロン)	ご飯 200g ブリの照り焼き(80)切干大根煮(ソテー)お浸し(コマツナ・シマジ)	ご飯 200g Kシチュー(5)(カレー風味)ごま和え(イイゲン)果物(オレンジ)D	栗原はるみさん監修のハバケ'ティース 白菜と小柱のソテー コーンサラダ	ご飯 200g ハーブの照り焼き(200)豚肉のタリタリソース付)タルタルソース(マヤ)レタスサラダ(マヤ)	ご飯 200g ホリタソバゲティ 減里芋の煮物 わさび和え(コマツナシマジ)レタスサラダ(マヤ)	ご飯 200g 牛肉の穀辺焼き(80)じやが芋の煮物 青梗菜のお浸し
	B定食	ご飯 200g 黒ひのきの香草パン粉焼花野菜サラダ 果物(メロン)	ご飯 200g 牛肉ナーミソ煮込み切干大根煮お浸し(コマツナ・シマジ)	ご飯 200g 鮭のソテー(200)コマツナ・シマジ	ご飯 200g ごぼうとコンヤクの煮物 白菜のワヒ 和え	ご飯 150g 豚のチーズ焼き(80)じやが芋の煮物 白菜の醤油(減塩)	ご飯 200g 200g 牛肉の穀辺焼き(80)じやが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯 200g 200g 200g 牛肉の穀辺焼き(80)じやが芋の煮物 青梗菜のお浸し
夕	A定食	ご飯 200g アカウオの塩焼(80)付) 大根おろし ハックソース(ギ・ラタマ) 切干昆布の煮付け ボン酢和え(キウイ・トマト)卵スープ1/2	ご飯 200g 鶏肉のマスター焼き(200)グリコリーソース(ギ・ラタマ)果物(パナ)0.5単位)	ご飯 200g クーパーの機辺焼き 炒り豆腐 海藻サラダ(キウイ)果物(オレンジ)D	梅しそご飯(200)クーパーの照り焼き(減塩)甘酢和え(キウイ・ワカ)果物(りんご)	ご飯 200g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 果物(キウイ)	ご飯 200g 親子煮 酢の物(キウイ・ワカ)果物(りんご)	ご飯 200g メバルの野菜あんかけ 金平ごぼう ごま味噌和え(ギ・ラタマ)果物(キウイ)
		8/17	8/18	8/19	8/20	8/21	8/22	8/23
朝	A定食	無塩パン90g・マーピーイチゴ(カーネルモリ卵)H)果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(鶏肉と野菜のソテー果物(パイン)0.5単位)ジョア(ブレーン)	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ミネストローネ(チキン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハム野菜)H 果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(トマト煮(チキン)果物(オレンジ)D牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(南瓜と挽き肉のソース)煮果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハムのサラダ)果物(メロン)ジョア(ブレーン)
	B定食	ご飯 200g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜)果物(パナ)0.5単位)ジョア(ブレーン)	ご飯 200g 五目野菜煮 減果物(パイン)牛乳	ご飯 200g 和風炒め(キビ) 果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g がんもと野菜の煮物 果物(オレンジ)D牛乳	ご飯 200g 土佐納豆 大根とチキンの煮物(減)果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g ほつけの塩焼き 70エビの中華風和え 果物(メロン)ジョア(ブレーン)
昼	A定食	カレービラフ(200)花野菜サラダ 果物(メロン)	ご飯 200g ブリの照り焼き(80)切干大根煮(ソテー)お浸し(コマツナ・シマジ)	ご飯 200g Kシチュー(5)(カレー風味)ごま和え(イイゲン)果物(オレンジ)D	栗原はるみさん監修のハバケ'ティース 白菜と小柱のソテー コーンサラダ	ご飯 200g ハーブの照り焼き(200)豚肉のタリタリソース付)タルタルソース(マヤ)レタスサラダ(マヤ)	ご飯 200g ホリタソバゲティ 減里芋の煮物 わさび和え(コマツナシマジ)レタスサラダ(マヤ)	ご飯 200g 牛肉の穀辺焼き(80)じやが芋の煮物 青梗菜のお浸し
	B定食	ご飯 200g 黒ひのきの香草パン粉焼花野菜サラダ 果物(メロン)	ご飯 200g 牛肉ナーミソ煮込み切干大根煮お浸し(コマツナ・シマジ)	ご飯 200g 鮭のソテー(200)コマツナ・シマジ	ご飯 200g ごぼうとコンヤクの煮物 白菜のワヒ 和え	ご飯 150g 豚のチーズ焼き(80)じやが芋の煮物 白菜の醤油(減塩)	ご飯 200g 200g 牛肉の穀辺焼き(80)じやが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯 200g 200g 200g 牛肉の穀辺焼き(80)じやが芋の煮物 青梗菜のお浸し
夕	A定食	ご飯 200g アカウオの塩焼(80)付) 大根おろし ハックソース(ギ・ラタマ) 切干昆布の煮付け ボン酢和え(キウイ・トマト)卵スープ1/2	ご飯 200g 鶏肉のマスター焼き(200)グリコリーソース(ギ・ラタマ)果物(パナ)0.5単位)	ご飯 200g クーパーの機辺焼き 炒り豆腐 海藻サラダ(キウイ)果物(オレンジ)D	梅しそご飯(200)クーパーの照り焼き(減塩)甘酢和え(キウイ・ワカ)果物(りんご)	ご飯 200g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 果物(キウイ)	ご飯 200g 親子煮 酢の物(キウイ・ワカ)果物(りんご)	ご飯 200g メバルの野菜あんかけ 金平ごぼう ごま味噌和え(ギ・ラタマ)果物(キウイ)
		8/17	8/18	8/19	8/20	8/21	8/22	8/23
朝	A定食	無塩パン90g・マーピーイチゴ(カーネルモリ卵)H)果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(鶏肉と野菜のソテー果物(パイン)0.5単位)ジョア(ブレーン)	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ミネストローネ(チキン)牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハム野菜)H 果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(トマト煮(トリ)H) 果物(オレンジ)D牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(南瓜と挽き肉のソース)煮果物(パナ)0.5単位牛乳	無塩パン90g・マーピーイチゴ(ハムのサラダ)果物(メロン)ジョア(ブレーン)
	B定食	ご飯 200g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜)果物(パナ)0.5単位)ジョア(ブレーン)	ご飯 200g 五目野菜煮 減果物(パイン)牛乳	ご飯 200g 和風炒め(キビ) 果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g がんもと野菜の煮物 果物(オレンジ)D牛乳	ご飯 200g 土佐納豆 大根とチキンの煮物(減)果物(パナ)0.5単位牛乳	ご飯 200g ほつけの塩焼き 70エビの中華風和え 果物(メロン)ジョア(ブレーン)
昼	A定食	カレービラフ(200)花野菜サラダ 果物(メロン)	ご飯 200g ブリの照り焼き(80)切干大根煮(ソテー)お浸し(コマツナ・シマジ)	ご飯 200g Kシチュー(5)(カレー風味)ごま和え(イイゲン)果物(オレンジ)D	栗原はるみさん監修のハバケ'ティース 白菜と小柱のソテー コーンサラダ	ご飯 200g ハーブの照り焼き		