

献立表

蛋白質コントロール

				10/1	10/2	10/3	10/4	
朝	A定食			無塩ハン90g ハター野菜の炒め物 (小柱) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコミネストローネ (D) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハターシーフードがら (D) フルーツ缶 ジョア (アレー)	無塩ハン90g・イコがら (D) (D) ケチャップ パックフルーツ缶 もっともっと加減	
昼	A定食			焼きうどん (P) エビ焼売③ 大根炒め (ノドレソフ)	低たんぱく御飯 180 シチューP (カレー風味) 野菜のマリネ (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 プリの照り焼き (40) 長手のみたらし風 ゆかり和え (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鶏肉のトマト煮 (60) 鶏しぎ (MCT) 春雨サラダ	
夕	A定食			低たんぱく御飯 180 鶏肉のパン粉焼 (P) 付) パックソース 長ネギサラダ いり豆腐 りんごのコンポート	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 漬し汁 (ワケ・ルベ)	低たんぱく御飯 180 鶏肉の竜田揚げ (40) ぜんまいの炒め煮 (P) フルーツ缶 粉給ビリー	低たんぱく御飯 180 豚肉の梅焼き (40) 旨め煮 (大根・人参) フルーツ缶 粉給	
朝	A定食	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11
朝	A定食	無塩ハン90g・イコがら (D) (D) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコスープ 仕立て P フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハタークリーム煮 (P) フルーツ缶 ジョア (アレー)	無塩ハン90g ハターイコと野菜の炒め物 フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコがら (D) (D) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコビーンズスープ (P) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコ黒ごもり餅 餅 ケチャップ パックフルーツ缶 粉給 もっともっと加減
昼	A定食	低たんぱく御飯 180 回鍋肉 P 大根とソナの炒め 春巻 (50)	肉うどんP90 めんつゆ (温) 付) 一味唐辛子 竹輪とイコ金の平煮 (金時豆)	低たんぱく御飯 180 特の香味ソース (40) 揚げ大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	低たんぱく御飯 180 黒むつの野菜あん P 南瓜の煮物 白菜のワケ 和え	低たんぱく御飯 180 かつおとろし (P) かつおとろし (P) さつま芋とりんご煮 アロヨリ炒め (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鯉の田楽焼き 金平ごぼう 春雨炒め (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 豚肉の生煮炒め P ごま和え (イグア) サイコロサラダ 白菜ソテー
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 豚肉の照り焼き (40) 豚肉の照り焼き (40) 長手のみたらし風 みたらし団子	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き (40) 牛蒡のくしれ煮 みたらし団子	低たんぱく御飯 180 ミートローフ (1/2MCT) がら (D) (D) フルーツ缶 (黄桃)	低たんぱく御飯 180 のし鶏 野菜の甘辛炒め (D) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鮭の塩焼き (40) 付) 大根おろし (P) パック醤油 ぜんまいの炒め煮MCT あんみつ	低たんぱく御飯 180 豚肉の甘辛焼き (P) ビーナゲ和え (小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ	低たんぱく御飯 180 栗原はるみさん監修の蒸込みハンバーグ サイコロサラダ 煮しパン (黒糖)
朝	A定食	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18
朝	A定食	無塩ハン90g ハターがら (D) (D) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコ野菜ソテー フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハタークリーム煮 (P) フルーツ缶 ジョア (アレー)	無塩ハン90g・イコ鶏肉のクリーム煮 フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコツナサラダ (五) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコ豚しゃぶ (P) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハターがら (D) (D) フルーツ缶 粉給 ジョア (アレー)
昼	A定食	けんちんうどんP90 けんちんうどん F減 煮豆 (金時豆) 甘酢和え (黒・菜)	低たんぱく御飯 180 黒いのトマトソース (40) がら (D) (D) レタスサラダ (M) 粉給ビリー	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 (マツタビ)	低たんぱく御飯 180 八宝菜② 揚げ焼売② 彩りなます	低たんぱく御飯 180 ビビンバ (皿盛) 鶏肉の金平 フルーツ缶カクテル白玉	低たんぱく御飯 180 チキンカツ (P) 付) パックソース 茹でたまご 茹でたまご	低たんぱく御飯 180 プリの照り焼き (60) さつま芋の甘辛煮 お浸し (マツタビ)
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 がら (D) (D) 野菜の甘みそ炒め 長手とカララの梅和え チョコプリン	低たんぱく御飯 180 鶏肉の照り焼き (K) 春雨の金平煮 白菜の酢の物	低たんぱく御飯 180 餅どり (60) 野菜の中華和え 胡麻団子 (2個) 中華スープ (ワケ・ねぎ)	低たんぱく御飯 180 牛丼風煮 P 小松菜の和え物 フルーツ缶 (みかん)	低たんぱく御飯 180 チキンカツ (P) 付) パックソース 茹でたまご 茹でたまご	低たんぱく御飯 180 アカウオの唐揚げ (60) 付) パック醤油 長手の煮物 ポン酢和え (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鶏肉のトマト焼き (60) フルーツ缶 粉給 ジョア (アレー)
朝	A定食	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25
朝	A定食	無塩ハン90g・イコミネストローネ (D) フルーツ缶 牛乳	無塩ハン90g・イコ野菜ソテー (P) 減 フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハタークリーム煮 (P) フルーツ缶 粉給 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコ南瓜と挽肉のスパ煮 D フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハターハムのサラダ (P) フルーツ缶 ジョア (アレー)	無塩ハン90g・イコアスパ (半量) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコ鶏肉のコンソメ煮 フルーツ缶 ジョア (アレー)
昼	A定食	低たんぱく御飯 180 シチューP (カレー風味) ごま和え (イグア) がら (D) (D) (P)	がら (D) (D) フルーツ缶 コーンサラダ	低たんぱく御飯 180 がら (D) (D) フルーツ缶 粉給 もっともっと加減	低たんぱく御飯 180 がら (D) (D) フルーツ缶 粉給 もっともっと加減	低たんぱく御飯 180 牛焼肉 (P) 大豆とひじきの煮物 D さつま芋炒め	低たんぱく御飯 180 鯉の梅風味照焼き 40 青菜とがらの炒めもの ごぼうの胡麻和え 粉給ビリー	五目かつお焼売 P90 揚げ焼売② かぶのナムル
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 天ぷらP 天つゆ 炒り豆腐 (P) 海藻サラダ (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鯉の照り煮 甘酢和え (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 ミートローフ (1/2MCT) ナスの炒め物 (P) 小松菜と卵の和え物 フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 親子煮 (P) 酢の物 (P) 手作りゼリー (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鶏肉の塩揚げ40 付) パック醤油 金平ごぼう ぜんまいの炒め煮 (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 豆腐ハンバーグ (D) 切干大根の生煮炒め 酢味噌和え (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 ビーンズスープ (P) 減塩) 粉給 ジョア (アレー)
朝	A定食	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	
朝	A定食	無塩ハン90g ハター白菜と小柱のスパ フルーツ缶 粉給 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコポークビーンズ (D) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハターがら (D) (D) フルーツ缶 粉給 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコスープ煮 (P) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g・イコツナサラダ (P) フルーツ缶 もっともっと加減	無塩ハン90g ハター南瓜のスパ煮 (D) フルーツ缶 ジョア (アレー)	
昼	A定食	低たんぱく御飯 180 チキンステーキD ツナサラダ (P) コリアンダー (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 チンジャオロースD 春巻 (50) がら (D) (D) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鯉の甘酢あん (40) 茄子の生煮炒め 海藻サラダ (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 松風焼き (P) 煮浸し (白菜・ニンジン) がら (D) (D) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 鶏肉の塩揚げ40 付) パックソース 茹でたまご 茹でたまご	低たんぱく御飯 180 鶏肉の味噌焼き (P) 青菜の炒め (P) 白菜のワケ 和え (P) フルーツ缶	行事食献立 お楽しみに!
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 蟹玉 (P) K 春雨炒め K 密子豆腐	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き (60) 大根の炒め物 ポテトサラダ (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 コロッケ 付) パックソース マヨネーズ パックソース (大根) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 シルバーの味噌焼き (60) 春雨のさつと煮 P あんみつ 味噌汁 (P) フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 麻婆豆腐 (1/2) フルーツ缶		

* 献立は都合により変更させていただく場合がございます。