

献 立 表

減塩食1800kcal

	2/1	2/2	2/3	2/4	2/5	2/6	2/7
朝	A定食 無塩パン90g・ハター野菜の炒め物(小柱)果物(ハナ0.5単位)牛乳	B定食 ご飯 200g 鶏肉の治部煮なす豚味噌和え果物(ハナ0.5単位)牛乳	無塩パン90g・マービーイコミネストローネ(チキン)果物(みかん)D牛乳	無塩パン90g・マービーイコシーフード・パラントリオ・ソース付ケチャップ パック牛乳	無塩パン90g・マービーイコカリフードとビーフのソース付ケチャップ パック牛乳	無塩パン90g・マービーイコカリフードとビーフのソース付ケチャップ パック牛乳	無塩パン90g・マービーイコカリフードとビーフのソース付ケチャップ パック牛乳
	A定食 無塩パン90g・マービーイコ野菜の炒め物(小柱)果物(みかん)D牛乳	B定食 ご飯 200g 鶏の温焼き(80)ナベの油浸し果物(みかん)D牛乳	ご飯 200g ほっつけの塩焼き 70 焼の豆味噌和え果物(みかん)牛乳	ご飯 200g 鶏つくね野菜煮果物(バナナ)ショア(フレン)	ご飯 200g 肉みそ豆腐いんげんの味(減塩)果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g 鶏肉のおろし煮とうろこ豆ソース付ソイク醤油果物(バロ)ショア(フレン)	ご飯 200g 五目あんかけ豆腐果物(バナ0.5単位)牛乳
	A定食 焼きそば(減塩)エビ焼壳(2)ごほうサラダ(ドレ)	B定食 ご飯 200g シチュー(カレー風味)野菜のマリネ果物(キウイ)	ご飯 200g 鶏のトマト煮鍋しげ春雨サラダ(5)	ご飯 200g 鶏の照り焼き(80)大根の煮物ゆかり和え(キハ'')	ご飯 200g 回鍋肉大根とツナの味(焼)焼壳(2)	ご飯 200g 牛の香味ソース(焼)大豆とひじきの煮物小松菜の土佐和え	肉うどんめんかけつゆ(温)付一昧唐辛子竹輪とキハ'の金平煮豆(金時豆)D
	A定食 ご飯 200g 小豆の甘酢あんかけ(0エビ焼壳(2))ごほうサラダ(ドレ)	B定食 ご飯 200g 鯵魚の照り煮野菜のマリネ果物(キウイ)	ご飯 200g 鶏の照り焼き 100 減鶏さしだ春雨サラダ(5)	ご飯 200g 肉内と厚揚げの炒め物大根の煮物ゆかり和え(キハ'')	たらこクリームソース(減)クリームソース(減)大根とツナの味(焼)焼壳(2)	ご飯 200g 鯵魚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 鮭の香味焼き竹輪とキハ'の金平煮豆(金時豆)D
	A定食 ご飯 200g 鶏肉のパン粉焼付パックソースピーンズサラダいり豆腐果物(りんご)	ご飯 150g すき焼き(冬)南瓜の甘辛煮小松菜の土佐和え	行事献立お楽しみに!	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 メルサ(白身)レモン・タ・焼ホトリーフ(ハ・コン入り)果物(ハナ0.5単位)味噌汁(ハ・祥)1/2	ご飯 150g ミートローフHハゲテーセー(マヨ)果物(りんご)	ご飯 200g 鮭の西京焼き牛蒡のしぐれ煮果物(りんご)
	A定食 無塩パン90g・マービーイコタと野菜のスープ果物(みかん)D牛乳	B定食 ご飯 200g 高野豆腐の味噌煮果物(みかん)D牛乳	ご飯 200g ほっつけの塩焼き 70 いんげんのナムル風果物(ハナ0.5単位)牛乳	ご飯 200g 厚揚と豆の煮物果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g 豆腐の卵じる大根の煮物減塩果物(みかん)D	ご飯 200g 土佐納豆(5)大根の煮物減塩果物(みかん)D牛乳	ご飯 200g 鶏の塩焼きササの和え物(サ・ニン)果物(ハナ0.5単位)牛乳
	A定食 ご飯 150g ソイの野菜あん100南瓜の煮物白菜のワヒ'和え	B定食 ご飯 150g タンドリーチキンさつま芋とりんご煮ブロッコリー(チーズ)	ご飯 200g 鶏の田楽焼き 100(減)金平ごぼう春雨サラダ(キハ'')	ご飯 200g 腹肉の生姜炒めごま和え(イギン)白菜とベーコンのソテー	けんちんうどんけんちんつゆ減塩里芋の煮物わさび和え(蕉・葉)	ご飯 200g ホキの味噌焼き豆(金時豆)D甘酢和え(蕉・葉)	ご飯 150g ソイのトマソース(80)減ドライカツ(ハム)
昼	A定食 ご飯 150g 脚肉と木くらげ卵炒め南瓜の煮物白菜のワヒ'和え	B定食 ご飯 150g 脚肉と木くらげ卵炒め南瓜の煮物白菜のワヒ'和え	ご飯 200g 鶏肉の塩焼き(90)金平ごぼう春雨サラダ(キハ'')	ご飯 200g 鮭のミニエルゴマ和え(イギン)白菜とベーコンのソテー	ご飯 150g 鮭の味噌ヨーグルト焼き豆(金時豆)D甘酢和え(蕉・葉)	抹り込みパテ(ハム)の和風ソース(10減野菜の甘み炒め長芋とオクラの梅和え果物(りんご)	ご飯 150g 脚肉の照り焼き(減塩)大豆とひじきの煮物白菜の酢の物果物(キウイ)
	A定食 ご飯 200g のし鶏(H)切干大根煮(薩摩揚げ)果物(キウイ)	炒き込みご飯(200)鮭の塩焼き(80)付パック醤油ぜんまいの炒め煮果物(キウイ)	ご飯 200g 脚肉の甘辛焼き(80)付パック醤油果物(りんご)味噌汁(ハ・祥)	ご飯 200g 鮭の和風ソース(10減野菜の甘み炒め長芋とオクラの梅和え果物(りんご)	ご飯 150g 梨原はるみさん監修のハゲテー(ソース)サイコロサラダコンソメ(ハ・タ)1/2	ご飯 200g プラウニーD	ご飯 200g 鮭の照り焼き(減塩)大豆とひじきの煮物白菜の酢の物果物(キウイ)
	A定食 無塩パン80g・マービーあんず鶏肉のクリーム煮果物(キウイ)牛乳	B定食 ご飯 200g 鮭の塩焼き(80)付パックソース(チーズ)	無塩パン90g・マービーあんず脚肉と野菜のスープ(チーズ)付ケチャップ パック果物(オレンジ)D牛乳	無塩パン90g・マービー脚肉のトマトソース(7)牛乳	無塩パン90g・マービー脚肉(オレンジ)D果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マービー脚肉(オレンジ)D果物(みかん)D牛乳	無塩パン90g・マービー野菜(ハム)果物(ハナ0.5単位)牛乳
	A定食 ご飯 200g 鮭のわがまめ(2)竹輪と牛蒡の金平果物(メロン)	B定食 ご飯 200g 鮭のわがまめ(2)竹輪と牛蒡の金平果物(メロン)	ご飯 200g ごま和え(イギン)の香草パン焼海野菜サラダ果物(キウイ)	ご飯 200g 炒り卵和え物(白菜)(5)ごま和え(イギン)切干大根煮お浸し(コマツ・シメ)	ご飯 200g ごま野菜煮減果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g ごま野菜煮減果物(キウイ)牛乳	ご飯 200g ごんもと野菜の煮物果物(メロン)牛乳
	A定食 ご飯 200g 野菜の炒め物(2)青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	カレーピラフ(200)花野菜サラダ果物(キウイ)	ご飯 200g ブリの照り焼き(80)切干大根煮お浸し(コマツ・シメ)	ご飯 200g Kシチー(5)(カレ風味)ごま和え(イギン)果物(オレンジ)D	栗原はるみさん監修のハゲテー(ソース)白菜と小林のパンコーンサラダ(冬)	ご飯 200g 鮭のチーズ(60)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え
	A定食 牛丼(200)小松菜の和え物果物(オレンジ)D	B定食 ご飯 200g せんのパン粉焼き(H)付パックソース茹なす生姜和えブロッコリー(エビ)あん	ご飯 200g アカウドの塩焼(80)付パック醤油切り昆布の煮付け甘酢和え(蕉・葉)	ご飯 200g 脚肉のマスター焼(80)付パックソース(チーズ)果物(りんご)味噌汁(ハ・祥)	ご飯 200g シーフードの磯辺焼き炒り豆腐など(5)なす酢味噌和え	梅しそご飯(200)鶏の照り煮(減甘酢和え(キハ'・カカ)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)
	A定食 無塩パン90g・マービーあんず鶏肉のクリーム煮果物(キウイ)牛乳	B定食 ご飯 200g 鮭のわがまめ(2)中華風和え物果物(メロン)D牛乳	無塩パン90g・マービーあんずハムのナラタ(5)減塩果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マービー脚肉と小柱のスープ(チーズ)果物(オレンジ)D	無塩パン90g・マービー白菜と小柱のスープ(チーズ)果物(ハナ0.5単位)	無塩パン90g・マービートマトソース(チキン)果物(メロン)牛乳	無塩パン90g・マービー野菜(ハム)果物(ハナ0.5単位)牛乳
夜	A定食 ご飯 200g 土佐納豆(5)大根とワヒ'の煮物(減)果物(ハナ0.5単位)D牛乳	B定食 ご飯 200g 鮭のわがまめ(2)中華風和え物果物(メロン)D牛乳	無塩パン90g・マービーあんず野菜のナムル風(80)付ケチャップ パック果物(キウイ)	無塩パン90g・マービー脚肉と野菜のソース(7)牛乳	無塩パン90g・マービー脚肉(オレンジ)D果物(キウイ)牛乳	無塩パン90g・マービー脚肉(オレンジ)D果物(みかん)D牛乳	無塩パン90g・マービー野菜(ハム)果物(ハナ0.5単位)牛乳
	A定食 ご飯 150g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 150g 牛肉のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	ご飯 200g 鮭の梅風味照焼き100青梗菜(ジン)の炒めものごぼうの胡麻和え	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	チキンライス(200)ソナラタ(冬)コンソメ(ハ・チ)1/2	ご飯 200g チキンライス(200)ソナラタ(冬)コンソメ(ハ・チ)1/2	ご飯 200g 鮭のチーズ(80)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え
	A定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 200g 牛肉のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	ご飯 200g 鮭の梅風味照焼き100青梗菜(ジン)の炒めものごぼうの胡麻和え	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g メバルの煮付け煮浸し(白菜・シシ)果物(ハナ0.5単位)	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g 鮭のチーズ(80)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え
	A定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	ご飯 200g 鮭の梅風味照焼き100青梗菜(ジン)の炒めものごぼうの胡麻和え	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g メバルの煮付け煮浸し(白菜・シシ)果物(ハナ0.5単位)	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g 鮭のチーズ(80)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え
	A定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	ご飯 200g 鮭の梅風味照焼き100青梗菜(ジン)の炒めものごぼうの胡麻和え	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g メバルの煮付け煮浸し(白菜・シシ)果物(ハナ0.5単位)	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g 鮭のチーズ(80)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え
	A定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	ご飯 200g 鮭の梅風味照焼き100青梗菜(ジン)の炒めものごぼうの胡麻和え	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g メバルの煮付け煮浸し(白菜・シシ)果物(ハナ0.5単位)	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g 鮭のチーズ(80)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え
	A定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	ご飯 200g 鮭の梅風味照焼き100青梗菜(ジン)の炒めものごぼうの胡麻和え	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g メバルの煮付け煮浸し(白菜・シシ)果物(ハナ0.5単位)	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g 鮭のチーズ(80)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え
	A定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	B定食 ご飯 200g 鮭のチーズ焼き(80)付パックソース青梗菜のお浸し	ご飯 200g 鮭の梅風味照焼き100青梗菜(ジン)の炒めものごぼうの胡麻和え	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g メバルの煮付け煮浸し(白菜・シシ)果物(ハナ0.5単位)	ご飯 200g 鮭の香草焼き(80)付ケチャップ パックかぶのナムル	ご飯 200g 鮭のチーズ(80)ごんもとコニャルの煮物白菜のワヒ'和え

* 献立は都合により変更させていただくことがあります。