

献立表

蛋白質コントロール食

						10/1	10/2	10/3
朝	A定食					無塩パン90g ハター 野菜の炒め物(小柱) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ミネストローネ(D) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ビーコンスープ(D) フルーツ缶 ジョア(アレン)
昼	A定食					焼きうどん(P) エビ焼売③ 大根わか(ノド)ワレシ	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(P)	低たんぱく御飯 180 ブリの照り焼き(40) 長手のみたらし魚 ゆかり和え(キハク)
夕	A定食					低たんぱく御飯 180 鶏肉のパン粉焼 P⑤ パスタソース 長手サラダ 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 小松菜の生徳和え 漬し汁(ワサ・ルベシ)	低たんぱく御飯 180 鶏肉の竜田揚げ(40) ぜんまいの炒め煮 アロカシのナムル 粉砕ゼリー
		10/4	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10
朝	A定食	無塩パン90g・ｲﾌｻ ｽﾏｲﾙﾌﾗｲﾄﾞ(D) 付) ケチャップ ｵｰｸ フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ﾌｧｽﾄｼｬﾑ ｶｼｳｰとﾋﾞｰﾌのｼｰ(P) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター クリーム煮(P) フルーツ缶 ジョア(アレン)	無塩パン90g・ｲﾌｻ ｽｰﾌﾟ仕立て P フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ｲﾝﾈｰと野菜の炒め物 フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ ﾌｧｰとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ﾌｧｽﾄｼｬﾑ ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟ(P) フルーツ缶 もつともつと加シム
昼	A定食	低たんぱく御飯 180 鶏肉のトマト煮(60) 錦しき(MCT) 春雨サラダ	低たんぱく御飯 180 回鍋肉 P 大根とｷﾅｰのｷｷ 春巻(50)	低たんぱく御飯 180 料の香味ﾂｰｽ(40)揚げ 大豆とﾋﾞｼﾞｷの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどんP90 めんかけつゆ(温) 付) 一味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	低たんぱく御飯 180 ｲﾂの野菜あんP ﾄﾞｲﾂのｷｬﾍﾞﾂの煮物 白菜のﾌﾗｲﾄﾞ和え	低たんぱく御飯 180 ｷｯﾄﾞﾘｰｷｷ(P) さつま芋とﾄﾞｲﾂのｷﾞ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰｷｷ(ﾅｽ)	低たんぱく御飯 180 豚肉のﾄﾞｲﾂ焼き(P) 金平とﾄﾞｲﾂのｷﾞ 春雨ﾌﾗｲﾄﾞ(ｶｲﾌﾙ)
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 ﾊﾞﾙの梅焼き(40) 含め煮(大根・人参) 南瓜サラダ	低たんぱく御飯 180 回鍋肉 P 大根とｷﾅｰのｷｷ 杏仁豆腐	低たんぱく御飯 180 ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌﾟ(1/2MCT) ﾊﾞﾙﾄﾞｲﾂのｷｷ(ﾏﾖ) フルーツ缶(黄桃)	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き(40) 年羹のしぐれ煮 みたらし団子	低たんぱく御飯 180 のし湯 野菜の甘辛炒め(D) ﾌﾙｰﾂｼﾝ	低たんぱく御飯 180 鮎の塩焼き(40) 付) 大根おろし 付) パック醬油 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) ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟ(小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ
		10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17
朝	A定食	無塩パン90g・ｲﾌｻ ﾎﾞｰﾙｺｰﾐ 付) ケチャップ ｵｰｸ フルーツ缶 粉砕 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ﾌﾙｰﾂｼﾝ もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ 野菜ｽｰﾌﾟ フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター 野菜の炒め物(小柱) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ﾌｧｽﾄｼｬﾑ ﾊｰﾑ フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰｷｷ(ﾅｽ) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ｲﾝﾈｰと野菜の炒め物 フルーツ缶 もつともつと加シム
昼	A定食	低たんぱく御飯 180 豚肉の生煮炒めP ごま和え(ｲﾝﾂﾝ) 白菜ソテー	けんちんうどんP90 けんちんつゆF減 煮豆(金時豆) 甘酢和え(黒・菜)	低たんぱく御飯 180 ｲﾂのﾄﾞｲﾂ(40) ｷｷ ﾚﾀｽサラダ(ﾏﾙ) 粉砕ゼリー	低たんぱく御飯 180 ホホの味噌焼き(60) 里芋の煮物 わさび和え(ﾏﾏﾅﾅｼ)	低たんぱく御飯 180 ﾊｰﾑ 揚げ焼売② 彩りなます	低たんぱく御飯 180 ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟ(D) 牛蒡の金平 フルーツｸｳｹﾂﾁﾙﾋﾞ 白	低たんぱく御飯 180 ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟ(5) ﾌﾗｲﾄﾞ 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾏｲﾙｰｰ添え
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 東原はるみさん監修の 表込みﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ サイコロサラダ 蒸しパン(黒糖)	低たんぱく御飯 180 ﾊﾞﾙの和風ﾂｰｽ(40)揚 野菜の甘みそ炒め 長手とｵｰｸﾞﾗの梅和え ﾁｮｺﾌﾞﾘﾝ	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 酢とり(60) 野菜の中華和え 胡麻団子(2個) 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾙｰﾂ・ねぎ)	低たんぱく御飯 180 牛蒡風煮P 小松菜の和え物 フルーツ缶(みかん)	低たんぱく御飯 180 ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟ(P) 付) パックソース 節なす生煮和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰのあんかけ	低たんぱく御飯 180 ｱｶｳｵの唐揚げ(60) 付) パック醬油 里芋の煮物 ﾎﾝ酢和え(ｷｬﾍﾞﾂ)P
		10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
朝	A定食	無塩パン90g ハター ｷｬﾍﾞﾂ(P) フルーツ缶 粉砕 ジョア(アレン)	無塩パン90g・ｲﾌｻ ｽﾏｲﾙﾄｰﾎﾟ(P) フルーツ缶 牛乳	無塩パン90g・ﾌｧｽﾄｼｬﾑ ﾊｰﾑ野菜ｽｰﾌﾟ(P)減 フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ﾄﾞｲﾂ煮(ｷｷ)D フルーツ缶 粉砕 もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ ｼﾞｬﾝ(ｷｷと焼肉ｽｰﾌﾟ煮D) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ 野菜ｽｰﾌﾟ もつともつと加シム	無塩パン90g・ﾌｧｽﾄｼｬﾑ ｽﾏｲﾙﾄｰﾎﾟ(半量) フルーツ缶 もつともつと加シム
昼	A定食	低たんぱく御飯 180 ブリの照り焼き(60) さつま芋の甘辛煮 お浸し(ﾏﾏﾅﾅｼ)	低たんぱく御飯 180 ｷｼﾁｭｰﾌﾟ(ｶﾚｰ風味) ごま和え(ｲﾝﾂﾝ) ｷｷ(ﾅｽ)	ｽﾏｲﾙﾄｰﾎﾟとﾄｰﾎﾟ低蛋白 白菜と小柱のｼｰ ｺｰﾝサラダ	低たんぱく御飯 180 ｷｷのｽﾏｲﾙﾄｰﾎﾟ ごぼうとｺﾅﾂｷの煮物 白菜のﾌﾗｲﾄﾞ和え	低たんぱく御飯 180 ｷｷ(ｷｷ)(P) 南瓜の煮物 青梗菜のお浸し 粉砕ゼリー	低たんぱく御飯 180 牛焼肉(P) 大豆とﾄﾞｲﾂの煮物D さつま芋ｷｷ	低たんぱく御飯 180 鮎の梅風味照焼き 40 青菜とｼｬｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え 粉砕ゼリー
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 鶏肉のｽｷｰﾄﾞ焼き(60) ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰ 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(P)	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(ｷｷ)	低たんぱく御飯 180 鮎の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾌﾙ) ロールケーキ(抹茶)	低たんぱく御飯 180 ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌﾟ(1/2MCT) ﾅｽの炒め物(P) 小松菜と卵の和え物 ﾌﾙｰﾂｼﾝ	低たんぱく御飯 180 親子煮(P) 酢の物(ｷｷ・ﾌﾙ) 手作りゼリー(ｸﾞﾚｰﾌﾟ)	低たんぱく御飯 180 ホホの鶏皮揚げ40 付)パック醬油 金平ごぼう ごま味噌和え(ﾌﾞﾛｯｺ) 葛切り団子黒蜜かけ	低たんぱく御飯 180 豆焼肉(P) 切干大根の生煮炒め 酢味噌和え(ﾌﾙ) 豆腐(ﾊﾞｰ)D) 切干大根の生煮炒め 酢味噌和え(ﾌﾙ)
		10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
朝	A定食	無塩パン90g・ｲﾌｻ 鶏肉と野菜のｺﾝｼﾞ煮 フルーツ缶 ジョア(アレン)	無塩パン90g ハター 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ フルーツ缶 粉砕 もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ ﾎｰｸﾞﾋﾞｰﾝｽ(D) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ﾌﾗｲﾄﾞとﾋﾞｰﾌのｼｰ フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ ｽｰﾌﾟ煮(P) フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g・ｲﾌｻ ﾌｧｰとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ フルーツ缶 もつともつと加シム	無塩パン90g ハター ｷｷのｽｰﾌﾟ煮(D) フルーツ缶 ジョア(アレン)
昼	A定食	五目ﾌﾗｲﾄﾞｷｷそば P90 揚げ焼売② かぶのナムル	低たんぱく御飯 180 ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟD ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰ ｺﾝｼﾞｽｰﾌﾟ(ｷｷ)	低たんぱく御飯 180 ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟD 春巻(50) ｷｷのｺｰﾝ和え	低たんぱく御飯 180 鮎の甘酢あん(40) 茄子の生煮炒め 海藻サラダ(ﾄｰﾎﾟ)	低たんぱく御飯 180 鶏肉の味噌焼(P) 青菜の炒め(P) 白菜のﾌﾗｲﾄﾞ和え(ﾅｽ)	低たんぱく御飯 180 ｲﾂのﾄﾞｲﾂかけ(40) じゃがいもの含め煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰのｽｰﾌﾟ 粉砕ゼリー	低たんぱく御飯 180 松風焼き(P) 煮浸し(白菜・ｺﾝｼﾞ) ｷｷ和え(ｷｷ・ﾌﾗ) 粉砕ゼリー
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 ﾋﾞｰﾝｽｰﾌﾟ(P)減塩 盛合せﾌﾗｲﾄﾞ(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰ ﾌﾙｰﾂｼﾝ	低たんぱく御飯 180 蟹玉(P) 春雨ﾌﾗｲﾄﾞ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 ﾎﾂﾂｰﾌﾟ(ﾅｽ)⑤ フルーツ缶	低たんぱく御飯 180 ｺﾛｯｹ 付) パックソース ｷｷ(大根) 味噌汁(ﾌﾙｰﾂ・ﾀﾏﾍﾞｷ)	低たんぱく御飯 180 ｼﾙﾊﾞｰのﾚﾝ焼き(60) 春雨のさつま煮 あんみつ 味噌汁(ﾌﾙｰﾂ・ﾀﾏﾍﾞｷ)	行事食献立 お楽しみに！	低たんぱく御飯 180 料の唐揚げ野菜ｽｰｽ(40) 炊き合わせ(里・黒) ごま和え(ｷｷ) 味噌汁(大根・ﾌﾙｰ 1/2)

* 献立は都合により変更する場合があります。