

低残渣食

献立表(週間)

		4月1日(日)		4月2日(月)		4月3日(火)		4月4日(水)		4月5日(木)		4月6日(金)		4月7日(土)														
昼				果物	みかん缶詰(果)	40	果物	もも缶(果肉)	40	果物	りんご缶詰	60	果物	昆布だし	75	片栗粉	1											
							ジュース	きになる野菜(125				果物	かつおだし	75	貝割大根・芽	5											
													漬物	西洋なし(缶詰)	40	果物	りんご缶詰	40										
														大根皮剥	20													
														食塩	0.1													
														しそ	0.1													
夕	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90										
	魚塩焼き	そい 40g(骨)	80	蒸し帆立	ホタテ貝柱	90	蒸し魚	まだら・80g	80	魚塩焼き	あかうお・80g	80	照焼魚	そい 80g	80	鶏肉の	若鶏もも皮な	80										
		しそ	0.5		トマト(皮なし)	30	ソース	食塩	0.4		食塩	0.4		減塩しょうゆ(5	キャベツ	キャベツ	60										
		大根皮剥	40		サラダ菜	5	かけ	ケチャップ	10		大根皮剥	40		上白糖	1	ツ炒め	人参皮剥	10										
		減塩正油パック	5		減塩正油パック	5		濃口醤油	2.5		しそ	0.5		みりん風調味料	2.5		ピーマン	10										
	すり長芋	なが芋	50	茶碗蒸し	鶏卵	50		合成清酒	2.5		減塩正油パック	5		合成清酒	1		濃口醤油	5										
		減塩しょうゆ(2.5		煮干しだし	50		葱	20	筑前煮	若鶏もも皮な	10		大根皮剥	50		合成清酒	5										
	野菜サラダ	きょうな(葉先)	10		かつおだし	50		片栗粉	1		人参皮剥	15		しそ	1		上白糖	3										
		キャベツ(葉先)	30		若鶏ささ身	10		サニーレタス	5		さやいんげん(10	きんぴら風	じゃが芋	50		片栗粉	3										
		ミニトマト(皮)	15		なると	8	とびっこ	大根皮剥	50		減塩しょうゆ(5		人参皮剥	10		鶏ガラスープ	1										
		減塩しょうゆ(5		糸みつば	2	こと野菜の和え物	人参皮剥	5		上白糖	1		上白糖	1	和え物	きゅうり(皮な)	50										
	団子の煮物	鶏ひき肉	20		みりん風調味料	1		減塩しょうゆ(5	サラダ	キャベツ(葉先)	25		減塩しょうゆ(5		上白糖	3										
		木綿豆腐	40	清汁	白菜	30		上白糖	1		ブロッコリー(30		煮干しだし	15		減塩しょうゆ(2.5										
		中力粉2等	5		貝割大根・芽	5		とびっこ	5		ミニトマト(皮)	15	マカロ	マカロニ乾	4	炒煮	大根皮剥	40										
		脱脂粉乳	3		かつお・昆布だ	150		卵スープ	15		減塩しょうゆ(5	ニサラダ	きゅうり(皮な)	20		人参皮剥	10										
		大根皮剥	20		淡口醤油	5		鶏卵	15	みそ汁	棒麩	1		人参皮剥	8		減塩しょうゆ(5										
		人参皮剥	10		食塩	0.2		玉葱	20		玉葱	30		減塩しょうゆ(5		上白糖	1										
		減塩しょうゆ(2.5	ゼリー	青りんごゼリー	60		葱	5		ほうれん草(葉)	10	清汁	さやえんどう	5		煮干しだし	10										
		上白糖	1					中華味	0.5		ほうれん草(葉)	10		かぶ皮剥	20	里芋の煮物	里芋	30										
		煮干しだし	15					食塩	0.5		淡色辛みそ	10		淡口醤油	5		木綿豆腐	50										
	ジュース	りんご(濃縮選)	200					淡口醤油	2.5		煮干しだし	150		食塩	0.2		鶏卵	25										
							果物	白こしょう	0.01					昆布だし	75		人参皮剥	10										
														かつおだし	75		小葱	2										
																	減塩しょうゆ(2.5										
																	上白糖	0.5										
																	煮干しだし	10										
栄養価	エネルギー	1702 kcal	蛋白質	66.4 g	エネルギー	1645 kcal	蛋白質	73.4 g	エネルギー	1721 kcal	蛋白質	67.0 g	エネルギー	1676 kcal	蛋白質	71.5 g	エネルギー	1638 kcal	蛋白質	66.9 g	エネルギー	1625 kcal	蛋白質	73.4 g	エネルギー	1691 kcal	蛋白質	72.0 g
	脂質	20.6 g	炭水化	308.1 g	脂質	16.4 g	炭水化	294.6 g	脂質	17.2 g	炭水化	315.1 g	脂質	19.1 g	炭水化	298.6 g	脂質	17.8 g	炭水化	294.3 g	脂質	15.0 g	炭水化	290.7 g	脂質	21.3 g	炭水化	293.5 g
	塩分	7.8 g			塩分	7.6 g			塩分	7.5 g			塩分	7.9 g			塩分	7.9 g			塩分	7.4 g			塩分	7.8 g		

献立表(週間)

低残渣食

	4月8日(日)			4月9日(月)			4月10日(火)			4月11日(水)			4月12日(木)			4月13日(金)			4月14日(土)		
朝	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90
	豆腐の	木綿豆腐	100	野菜炒	鶏卵	50	五目煮	大根 皮剥	50	鮭甘塩	秋鮭塩焼き(骨	20	きんぴ	じゃが芋	40	野菜ソ	キャベツ(葉先	50	野菜卵	鶏卵	50
	野菜あ	玉葱	30	り卵	かつおだし	5		人参 皮剥	10	焼き	しそ	1	ら風	人参 皮剥	10	テー	玉葱	20	炒め	ほうれん草(葉	20
	んかけ	人参 皮剥	5		キャベツ	20		さやいんげん(10					濃口醤油	2.5		人参 皮剥	10		玉葱	20
		減塩しょうゆ(5		グリーンアスパ	10		濃口醤油	5	人参と	小松菜(葉先)	40		濃口醤油	1		食塩	0.3		食塩	0.5
		上白糖	1		人参 皮剥	10		上白糖	1	小松菜	人参 皮剥(ゆ	15		上白糖	1						
		合成清酒	1		食塩	0.5		煮干しだし	20	のナム	減塩しょうゆ(2.5	卵焼き	鶏卵	50	鶏肉照	若鶏もも 皮な	30	煮物	大根 皮剥	40
		みりん風調味料	1							ル	上白糖	1		食塩	0.2	焼き	減塩しょうゆ(2.5		人参 皮剥	10
		片栗粉	1	チンゲ	チンゲンサイ(20	塩たら	たらこ	10					上白糖	0.1		上白糖	1.5		凍り豆腐	2
		小葱	2	ン菜の	玉葱	20	こ	しそ	1	ソテー	キャベツ(葉先	60		パセリ	1		上白糖	1		減塩しょうゆ(5
				炒め煮	赤ピーマン	10					ピーマン	10					ブロッコリー(30		上白糖	1
	きゅう	きゅうり(皮な	30		減塩しょうゆ(5	白菜の	白菜(葉先)	60		食塩	0.5	野菜サ	カリフラワー	30	たいみ	たいみそ	10		煮干しだし	10
	りの梅	梅干し(調味漬	2		上白糖	1	お浸し	濃口醤油	2.5				ラダ	玉葱	10	そ					
	肉和え	みりん風調味料	0.5					かつお節	0.5	みそ汁	貝割大根・芽	5		黄ピーマン	5				たいみ	たいみそ	10
		上白糖	0.2	ねり梅	梅びしお	5					木綿豆腐	30		上白糖	0.5	みそ汁	小松菜(葉先)	20	みそ		
							みそ汁	小葱	2		淡色辛みそ	10		食塩	0.2		淡色辛みそ	10			
	たいみ	たいみそ	5	みそ汁	ほうれん草	30		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150	みそ汁	キャベツ(葉先	30		煮干しだし	150	みそ汁	キャベツ(葉先	30
	そ				淡色辛みそ	10		煮干しだし	150	ジュー	パイン(濃縮還	200		棒麩	1	ジュー	パイン(濃縮還	200		葱	5
	みそ汁	さやえんどう	5	ジュース	パイン(濃縮還	200	ジュース	りんご(濃縮還	200	ス			みそ汁	淡色辛みそ	10		煮干しだし	150		煮干しだし	150
		白菜(葉先)	20											煮干しだし	150						
		淡色辛みそ	10																		
		煮干しだし	150																		
	ジュース	りんご(濃縮還	200										ジュース	りんご(濃縮還	200				ジュース	りんご(濃縮還	200
昼	うどん	うどん ゆで	290	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90
		かつおだし	150																		
		昆布だし	150	煮魚	まごがれい・80	80	グラタ	若鶏もも 皮な	50	チキン	鶏ひき肉	60	ハヤシ	若鶏むね皮なし	40	魚の照	まだら・60g(60	ガタタ	大根 皮剥	30
		減塩しょうゆ(15		減塩しょうゆ(10	ン	ホタテ貝柱	20	ロール	食塩	0.3	シチュ	玉葱	100	り焼き	食塩	0.3	ン	人参 皮剥	5
		みりん風調味料	2.5		上白糖	1		玉葱	30		鶏卵	5	ー	薄力粉 1等	3		合成清酒	2.5		ホタテ貝柱	40
		合成清酒	2.5		合成清酒	2.5		薄力粉 1等	10		玉葱	20		豆乳	40		減塩しょうゆ(5		木綿豆腐	75
		上白糖	1		里芋	20		豆乳	80		人参 皮剥	10		食塩	0.3		サニーレタス	3		チンゲンサイ(20
		葱	5		小松菜	20		コンソメ	0.5		パン粉(乾燥)	3		ウスターソース	10					なると	5
								食塩	0.3		ケチャップ	5		ケチャップ	10	炒煮	小松菜	50		葱	2
	蒸し野	ホタテ貝柱	30	けんち	木綿豆腐	50		パン粉(乾燥)	3		ピーマン	10		グリー	レタス	20		減塩しょうゆ(5	うずら卵 水煮	10
	菜	さつま芋(皮な	20	ん煮	大根 皮剥	30					赤ピーマン	10	グリー	レタス	20		上白糖	1		中華味	1
		キャベツ(葉先	20		人参 皮剥	10	フレン	キャベツ ゆで	40		黄ピーマン	10	ンサラ	ブロッコリー(40					減塩しょうゆ(5
		玉葱	20		減塩しょうゆ(5	チサラ	黄ピーマン	5		食塩	0.2	ダ	トマト(皮なし	15	冷奴	木綿豆腐	75		かき油	2.5
		人参 皮剥	5		上白糖	1	ダ	トマト(皮なし	20					ノオイルサッパ	10		かつお節	0.5		合成清酒	2.5
		減塩正油パック	5		みりん風調味料	2.5		鶏卵	25	サラダ	レタス	10		ノオイルサッパ	10		小葱	1		みりん風調味料	2.5
					煮干しだし	15		食塩	0.3		きゅうり(皮な	40	中華風	緑豆春雨	5		減塩正油パック	5		片栗粉	2
											はつかだいこん	5	春雨ス	絹ごし豆腐	25						
	肉じゃ	じゃが芋	20	和え物	かぶ 皮剥	40	マッシ	じゃが芋	40		減塩正油パック	5	ーブ	葱	10	果物	西洋なし(缶詰	40	炒め物	キャベツ(葉先	30
	が	若鶏むね皮なし	60		きゅうり(皮な	10	ュポテ	食塩	0.3					中華味	0.5					玉葱	20
		玉葱	20		人参 皮剥	5	ト							食塩	0.5					人参 皮剥	10
		人参 皮剥	10		上白糖	3														ピーマン	8
		減塩しょうゆ(5		食塩	0.2	スープ	さやえんどう	10		煮物	西洋かぼちゃ(40							鶏ガラスープ	0.5
		上白糖	1											果物	みかん缶詰(果	40					

低残渣食

献立表(週間)

		4月15日(日)		4月16日(月)		4月17日(火)		4月18日(水)		4月19日(木)		4月20日(金)		4月21日(土)		
昼				みそ汁	凍り豆腐 2 葱 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	果物	もも缶(果肉) 40				食塩 0.2			果物	みりん風調味料 1 もも缶(果肉) 40	
				果物	みかん缶詰(果)			卵豆腐	鶏卵 40 煮干しだし 40 食塩 0.4 小葱 2		ほうれん草 40 減塩みそ 2.5 上白糖 0.5 かつお・昆布だ 2					
								果物	黄桃缶 40		果物	みかん缶詰(果)				
夕	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90
	魚粕づけ焼	まだら・80g 80 食塩 0.4 酒かす 3 みりん風調味料 2.5 大根皮剥 40 しそ 0.5 減塩正油パック 5	鶏肉ケチャップ煮	若鶏もも皮なし 80 玉葱 40 人参皮剥 10 食塩 0.2 ケチャップ 15 ウスターソース 2.5 豆乳 5 グリーンアスパ 15 黄ピーマン 10	焼き魚	ほっけ・100g 100 食塩 0.5 レモン 8 サラダ菜 6 減塩正油パック 5	蒸し鶏	若鶏もも皮なし 80 減塩しょうゆ(ネギソ 2.5 ース 2.5 合成清酒 10 葱 10 上白糖 2 減塩しょうゆ(5 合成清酒 3 減塩正油パック 5	蒸し帆立	ホタテ貝柱 90 ブロッコリー 30 赤ピーマン 10 黄ピーマン 10 醤油パック 5 5	煮魚	まごがれい・80 80 減塩しょうゆ(7.5 上白糖 1.5 合成清酒 2.5 人参皮剥 15 小松菜(葉先) 50	甘味噌	里芋 60 かけ 4 焼き茄子 0.2 淡色辛みそ 5 上白糖 1 みりん風調味料 1	鶏肉卵とじ	若鶏もも皮なし 60 玉葱 50 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 淡口醤油 7.5 煮干しだし 30 鶏卵 50
	かにあんかけ	かぶ皮剥 50 人参皮剥 15 かにかま 5 食塩 0.2 かつお・昆布だ 20 片栗粉 1	和え物	かぶ皮剥 50 赤ピーマン 10 食塩 0.3 上白糖 1	チンゲン菜和え物	チンゲンサイ(50 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5	炊き合わせ	大根皮剥 40 人参皮剥 15 減塩しょうゆ(5 上白糖 15 煮干しだし 15 さやえんどう 4	おかか	キャベツ(葉先 50 ピーマン 5 削り節 0.5 濃口醤油 5 上白糖 0.5	南瓜のコンソメ煮	かぼちゃ(皮なし) 60 玉葱 20 コンソメ 0.5 食塩 0.2	かけ	凍り豆腐 4 さやえんどう 4 淡色辛みそ 5 上白糖 1 みりん風調味料 1	野菜サラダ	きゅうり(皮なし) 25 はつかだいこん 5 レタス 20 減塩しょうゆ(5
	和え物	大根皮剥(ゆ 60 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5	温野菜サラダ	人参皮剥 8 カリフラワー 50 減塩しょうゆ(2.5	みそ汁	木綿豆腐 20 葱 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	ポテト	じゃが芋 50 きゅうり(皮なし) 10 人参皮剥 5 食塩 0.2 ミニトマト(皮 15 サラダ菜 5	スープ	チンゲンサイ 30 人参皮剥 8 鶏ガラスープ 0.25 中華味 0.5 食塩 0.5	みそ汁	じゃが芋ゆで 20 玉葱 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	和え物	きゅうり(皮なし) 30 大根皮剥(ゆ 20 濃口醤油 5 上白糖 0.5	みそ汁	西洋かぼちゃ(30 葱 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150
	卵とじ	鶏卵 50 キャベツ 40 小葱 2 かつお・昆布だ 15 減塩しょうゆ(2.5	スープ	ほうれん草(葉 20 玉葱 10 コンソメ 0.5 食塩 0.5			とろろ	なが芋 40 きゅうり(皮なし) 20 淡口醤油 2.5 上白糖 1					ゼリー	ももゼリー 40		
	ゼリー	はちみつレモン 60														
栄養価	1696 kcal 蛋白質 70.3 g	1696 kcal 蛋白質 70.3 g	1646 kcal 蛋白質 71.1 g	1646 kcal 蛋白質 71.1 g	1656 kcal 蛋白質 69.0 g	1656 kcal 蛋白質 69.0 g	1643 kcal 蛋白質 66.4 g	1643 kcal 蛋白質 66.4 g	1669 kcal 蛋白質 72.9 g	1669 kcal 蛋白質 72.9 g	1690 kcal 蛋白質 69.1 g	1690 kcal 蛋白質 69.1 g	1673 kcal 蛋白質 74.4 g	1673 kcal 蛋白質 74.4 g	1673 kcal 蛋白質 74.4 g	1673 kcal 蛋白質 74.4 g
	脂質 15.7 g 炭水化 308.5 g	脂質 15.7 g 炭水化 308.5 g	脂質 19.7 g 炭水化 288.9 g	脂質 19.7 g 炭水化 288.9 g	脂質 21.0 g 炭水化 289.0 g	脂質 21.0 g 炭水化 289.0 g	脂質 16.5 g 炭水化 298.6 g	脂質 16.5 g 炭水化 298.6 g	脂質 18.8 g 炭水化 295.0 g	脂質 18.8 g 炭水化 295.0 g	脂質 16.9 g 炭水化 309.9 g	脂質 16.9 g 炭水化 309.9 g	脂質 17.4 g 炭水化 297.9 g	脂質 17.4 g 炭水化 297.9 g	脂質 17.4 g 炭水化 297.9 g	脂質 17.4 g 炭水化 297.9 g
	塩分 7.9 g	塩分 7.9 g	塩分 7.9 g	塩分 7.9 g	塩分 7.6 g	塩分 7.6 g	塩分 7.6 g	塩分 7.6 g	塩分 7.3 g	塩分 7.3 g	塩分 7.9 g	塩分 7.9 g	塩分 7.9 g	塩分 7.6 g	塩分 7.6 g	塩分 7.6 g

献立表(週間)

低残渣食

	4月22日(日)			4月23日(月)			4月24日(火)			4月25日(水)			4月26日(木)			4月27日(金)			4月28日(土)		
朝	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90
	オイスターース炒め	鶏ひき肉 キャベツ(葉先) 人参 皮剥 ピーマン かき油	30 50 10 10 3	豆腐とキャベツのソテー	焼き豆腐 キャベツ 人参 皮剥 ピーマン 中華味 減塩しょうゆ(上白糖)	25 30 10 10 0.5 5	スクランプルエッグ	鶏卵 豆乳 食塩 パセリ	50 10 0.2 0.5	炒煮	もやし 人参 皮剥 減塩しょうゆ(上白糖)	30 10 5 1	卵豆腐あんかけ	鶏卵 煮干しだし 淡口醤油 減塩しょうゆ(上白糖) 片栗粉	20 20 2.5 2.5 1	玉葱の炒め物	鶏卵 玉葱 キャベツ(葉先) 赤ピーマン 中華味 食塩	50 40 30 5 0.5 0.3	卵とじ	鶏卵 玉葱 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	50 40 5 1 2.5 30
	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー(玉葱) 減塩正油パック	40 10 5	煮物	焼き竹輪 かぶ 皮剥 減塩しょうゆ(上白糖)	10 40 2.5	きんぴら風	大根 皮剥 人参 皮剥 いんげん ゆで 濃口醤油 上白糖	40 10 8 2.5 1	蒸し豆腐	木綿豆腐 葱 減塩正油パック	50 2 5	野菜の炒め煮	キャベツ(葉先) 人参 皮剥 焼き竹輪 グリーンピース 減塩しょうゆ(上白糖)	40 10 5 3 1	カリフラワーの和え物	カリフラワー 人参 皮剥 減塩しょうゆ(上白糖)	50 10 2.5	チンゲン菜の炒め煮	チンゲンサイ(葉先) 人参 皮剥 減塩しょうゆ(上白糖)	20 40 10 1
	帆立の煮物	ホタテ貝柱 濃口醤油 上白糖	30 2.5 2	なすの漬物	なす(皮なし) 食塩 ゆかり	20 0.1 0.3	かぶの和え物	かぶ 皮剥(ゆ) 上白糖 濃口醤油	25 0.5 2.5	みそ汁	チンゲンサイ(じゃが芋) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 40 10 150	たいみそ	たいみそ 煮干しだし 上白糖	5 1 1	鯛みそ	たいみそ	10	鯛味噌	たいみそ	10
	みそ汁	木綿豆腐 小松菜(葉先) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 10 150	みそ汁	棒麩 小葱 淡色辛みそ 煮干しだし	2 2 10 150	みそ汁	葉大根・葉、生 人参 皮剥 淡色辛みそ 煮干しだし	20 5 10 150	みそ汁	りんご(濃縮還元) りんご(濃縮還元)	200 200	みそ汁	大根 葉 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	20 1 10 150	みそ汁	白菜(葉先) 木綿豆腐 淡色辛みそ 煮干しだし	20 30 10 150	みそ汁	小松菜(葉先) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 150
	ジュース	りんご(濃縮還元)	200	ジュース	パイン(濃縮還元)	200	ジュース	りんご(濃縮還元)	200	ジュース	りんご(濃縮還元)	200	ジュース	りんご(濃縮還元)	200	ジュース	パイン(濃縮還元)	200	ジュース	りんご(濃縮還元)	200
昼	鶏塩そうめん	そうめん ゆで 若鶏もも 皮なし 食塩 鶏ガラスープ かつお・昆布だし 淡口醤油 小葱	250 40 1 0.15 150 0.5 5	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90
	魚パン粉焼き	まだら・30g(食塩) パン粉(乾燥) キャベツ(葉先) ソースパック	30 0.15 3 25 5	大根の煮物	大根 皮剥 人参 皮剥 さやいんげん(減塩しょうゆ(上白糖) かつお・昆布だし	50 10 10 2.5 1 20	マッシュユポテト	じゃが芋 豆乳 食塩	60 10 0.3	お浸し	ほうれん草(葉) 減塩正油パック	50 5	大根サラダ	大根 皮剥(ゆ) 人参 皮剥(ゆ) きゅうり(皮なし) 減塩正油パック	40 5 10 5	炊合せ	大根 皮剥 里芋 人参 皮剥 減塩しょうゆ(上白糖) 合成清酒 煮干しだし	30 20 10 1 2.5 15	和え物	きゅうり(皮なし) 春雨 人参 皮剥 減塩しょうゆ(上白糖)	20 3 5 2.5 0.5
	スイートポテト	さつま芋(ゆで) 上白糖 豆乳	50 5 10	春雨サラダ	緑豆春雨 きゅうり(皮なし) 人参 皮剥	6 20 5	野菜サラダ	レタス きゅうり(皮なし) ミニトマト(皮) 鶏卵	30 15 15 25	蒸しはんぺん	はんぺん 減塩しょうゆ(上白糖)	40 2.5	チンゲン菜のお浸し	チンゲンサイ(葉先) 煮干しだし	50 2.5	キャベツのサラダ	キャベツ(葉先) きゅうり(皮なし) 人参 皮剥	40 5 3	蒸し焼き	ホタテ貝柱 食塩 小葱	60 0.4 3
	果物	黄桃缶	40	みそ汁	じゃが芋 貝割大根・芽	40 5	野菜ジュース	きになる野菜(果物)	125	果物	もも缶(果肉)	40	じゃが	じゃが芋	40	じゃが	じゃが芋	40	じゃが	じゃが芋	40

低残渣食

献立表(週間)

		4月22日(日)		4月23日(月)		4月24日(火)		4月25日(水)		4月26日(木)		4月27日(金)		4月28日(土)	
昼				淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	10 150	果物	もも缶(果肉) 40			芋の煮物	さやえんどう 10 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 1 かつお・昆布だ 20	2 お浸し	ケチャップ 2 ほうれん草(葉) 40 減塩しょうゆ(5	果物	りんご 缶詰 40
				果物	西洋なし(缶詰) 40					果物	もも缶(果肉) 40	果物	ぶどう 缶詰 40		
夕	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90
	すき焼き	若鶏もも 皮なし 50 焼き豆腐 30 白菜(葉先) 60 葱 15 人参 皮剥 8 減塩しょうゆ(10 上白糖 2 みりん風調味料 2.5 合成清酒 2.5	魚西京 80 焼 6.7 上白糖 0.7 みりん風調味料 3.3 大根 皮剥 40 しそ 0.5 減塩正油パック 5	照焼魚	まだら・80g(100 濃口醤油 5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 合成清酒 1 大根 皮剥 40 しそ 1 醤油パック 5	さつま芋 45 上白糖 5 食塩 0.1	コンソメ煮	鶏ひき肉 60 パン粉(乾燥) 2 豆乳 5 食塩 0.5 玉葱 60 人参 皮剥 5 鶏卵 3 ケチャップ 5 人参 皮剥 10 上白糖 0.5 ブロッコリー(20	焼魚	さけ・80g(骨) 80 大根 皮剥 40 しそ 1 減塩正油パック 5	麻婆豆腐 30 腐 30 玉葱 50 葱 10 減塩しょうゆ(5 減塩みそ 2 上白糖 1 合成清酒 2.5 鶏ガラスープ 0.25 中華味 0.5 片栗粉 1	蒸し鶏	若鶏もも 皮なし 80 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 合成清酒 2.5 ブロッコリー(40 鶏卵 25 減塩正油パック 5	肉団子 40 あんかけ 0.1 食塩 0.3 薄力粉 1等 3 玉葱 50 人参 皮剥 20 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 片栗粉 1 小葱 5	鶏ひき肉 40 玉葱 30 食塩 0.1 鶏卵 3 薄力粉 1等 3 玉葱 50 人参 皮剥 20 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 片栗粉 1 小葱 5
	里芋田楽	里芋 40 さやえんどう 6 淡色辛みそ 6 上白糖 1 みりん風調味料 2.5	長芋の和え物 10 なが芋 40 きゅうり(皮なし) 10 上白糖 0.5 減塩しょうゆ(2.5	和え物	きゅうり(皮なし) 40 人参 皮剥 5 濃口醤油 2.5 かつお節 0.3	八杯汁	かぶ 皮剥 60 人参 皮剥 5 コンソメ 0.3 食塩 0.2	蒸し鶏	ささ身 20 レタス 30 トマト(皮なし) 20 オイルサザンパック 10	おろし和え	大根 皮剥 40 きゅうり(皮なし) 5 淡口醤油 2.5	スープ	玉葱 40 人参 皮剥 10 コンソメ 0.5 食塩 0.8	煮物	西洋かぼちゃ(40 さやえんどう 5 減塩しょうゆ(5 上白糖 0.5
	胡瓜の和え物	きゅうり(皮なし) 40 鶏卵 15 濃口醤油 2.5	茶碗蒸し 10 なると 0.2 かつお・昆布だ 100 鶏卵 50 合成清酒 1 みりん風調味料 1 淡口醤油 2.5	八杯汁	木綿豆腐 30 かつお・昆布だ 150 濃口醤油 5 食塩 0.2 片栗粉 1	みそ汁	みそ汁	玉葱 30 ほうれん草 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	みそ汁	キャベツ 30 葱 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	カリフラワー	カリフラワー 40 削り節 0.5 減塩しょうゆ(2.5													
	ゼリー	青りんごゼリー 60													
栄養価	1716 kcal	蛋白質 72.2 g	1663 kcal	蛋白質 69.5 g	1746 kcal	蛋白質 71.6 g	1630 kcal	蛋白質 68.0 g	1728 kcal	蛋白質 69.6 g	1649 kcal	蛋白質 70.3 g	1684 kcal	蛋白質 67.6 g	
	脂質 18.0 g	炭水化 308.8 g	脂質 18.7 g	炭水化 296.9 g	脂質 15.3 g	炭水化 321.4 g	脂質 16.8 g	炭水化 293.9 g	脂質 19.5 g	炭水化 311.7 g	脂質 17.8 g	炭水化 293.8 g	脂質 19.3 g	炭水化 301.6 g	
	塩分 7.4 g		塩分 7.9 g		塩分 7.8 g		塩分 7.8 g		塩分 7.6 g		塩分 7.7 g		塩分 7.9 g		

献立表(週間)

低残渣食

	4月29日(日)		4月30日(月)		5月1日(火)		5月2日(水)		5月3日(木)		5月4日(金)		5月5日(土)	
昼		ゼラチン 1		削り節 0.3										
			みそ汁	小葱 3 じゃが芋 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150										
			果物	もも缶(果肉) 40										
夕	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90										
	魚の照り焼き	まだら・80g(80 合成清酒 2.5 食塩 0.3 減塩しょうゆ(5 合成清酒 5 しそ 1	海鮮炒め	はんぺん 20 ホタテ貝柱 30 若鶏むね皮なし 20 さやいんげん(10 玉葱 20 人参 皮剥 10 減塩しょうゆ(5 中華味 0.5 食塩 0.3 上白糖 1 合成清酒 2.5										
	なす炒煮	なす(皮なし) 50 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5		片栗粉 2 うずら卵 水煮 20										
	すり長芋	なが芋 40 小葱 1 減塩正油パック 5	焼き茄子	なす(皮なし) 30 小葱 3 減塩しょうゆ(2.5										
	焼きはんぺん	はんぺん 20 減塩正油パック 5												
	果物	もも缶(果肉) 40	和え物	小松菜(葉先) 40 人参 皮剥 5 減塩しょうゆ(2.5										
			スープ	木綿豆腐 40 葱 10 コンソメ 0.5 食塩 0.5										
栄養価	1杯あたり	1623 kcal 蛋白質 72.6 g	1杯あたり	1659 kcal 蛋白質 69.7 g	1杯あたり	kcal 蛋白質 g	1杯あたり	kcal 蛋白質 g	1杯あたり	kcal 蛋白質 g	1杯あたり	kcal 蛋白質 g	1杯あたり	kcal 蛋白質 g
	脂質	15.2 g 炭水化 290.7 g	脂質	18.6 g 炭水化 294.1 g	脂質	g 炭水化 g	脂質	g 炭水化 g	脂質	g 炭水化 g	脂質	g 炭水化 g	脂質	g 炭水化 g
	塩分	7.8 g	塩分	7.8 g	塩分	g	塩分	g	塩分	g	塩分	g	塩分	g