低残渣食

献立表(週間)

	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)			5月6日(日)			5月7日(月)		
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
	焼き魚	ほっけ・40ｇ	40	野菜卵とじ	キャベツ	80	鶏肉照焼き	若鶏もも　皮な	40	中華炒め	若鶏ささ身	20	焼き魚	ほっけ・40ｇ（	40	豆腐煮	焼き豆腐	75	千草焼き	鶏卵	40
		食塩	0.2		人参　皮剥	10		減塩しょうゆ（	2.5		玉葱	20		食塩	0.1		里芋	30		上白糖	1
		大根　皮剥	40		さやいんげん（	10		上白糖	0.5		人参　皮剥	10		大根　皮剥	40		人参　皮剥	15		食塩	0.3
		しそ	1		かつおだし	20		みりん風調味料	1		キャベツ	30		しそ	0.5		減塩しょうゆ（	2.5		小松菜（葉先）	10
		減塩正油パック	5		食塩	0.8		ブロッコリー	20		さやえんどう	5		減塩正油パック	5		上白糖	1		玉葱	10
					鶏卵	50		カリフラワー	20		食塩	0.2					煮干しだし	30		人参　皮剥	5
	野菜ソテー	キャベツ（葉先	60					減塩正油パック	5		減塩しょうゆ（	5	とろろ芋	なが芋	60						
		食塩	0.3	和え物	きゅうり（皮な	30					片栗粉	1		煮干しだし	5	ソテー	キャベツ（葉先	40	大根の炒煮	大根　皮剥	40
					人参　皮剥	5	炒煮	キャベツ	30					減塩しょうゆ（	2.5		人参　皮剥	10		人参　皮剥	10
	和え物	白菜	40		めんつゆ（スト	2.5		人参　皮剥	10	塩たらこ	たらこ	10		削り節	0.2		ピーマン	10		減塩しょうゆ（	5
		減塩しょうゆ（	2.5					凍り豆腐	1		しそ	0.5					食塩	0.2		上白糖	1
		みりん風調味料	2.5	大根の煮物	大根　皮剥	50		減塩しょうゆ（	5				みそ汁	キャベツ（葉先	30					煮干しだし	15
					減塩しょうゆ（	5		上白糖	0.5	胡瓜の和え物	大根　皮剥（ゆ	20		淡色辛みそ	10	たいみそ	たいみそ	10			
	みそ汁	もやし	30		上白糖	1					きゅうり（皮な	40		煮干しだし	150				みそ汁	白菜（葉先）	30
		葱	5		煮干しだし	15	白菜のゆかり和え	白菜（ゆで）	50		食塩	0.2								棒麸	1
		淡色辛みそ	10					しそ（ゆで）	0.5		みりん風調味料	1	漬物	なす（皮なし）	30	みそ汁	玉葱	20		淡色辛みそ	10
		煮干しだし	150	みそ汁	玉葱	20		ゆかり	0.5					食塩	0.2		大根　葉	10		煮干しだし	150
					さやえんどう	5				みそ汁	棒麸	1					淡色辛みそ	10			
	ジュース	パイン（濃縮還	200		淡色辛みそ	10	みそ汁	木綿豆腐	30		小葱	5	ジュース	パイン（濃縮還	200		煮干しだし	150	たいみそ	たいみそ	10
					煮干しだし	150		小葱	2		淡色辛みそ	10									
								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		煮干しだし	150										ジュース	パイン（濃縮還	200
										ジュース	りんご（濃縮還	200									
							ジュース	パイン（濃縮還	200												
昼	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	にゅうめん	そうめん　ゆで	250	米飯	精白米	90
																	蒸しかまぼこ	15			
	スープ煮	ホタテ貝柱	60	焼き魚	まだら・80ｇ	80	焼き帆立	ホタテ貝柱	60	みそ煮	若鶏もも　皮な	80	湯豆腐	木綿豆腐	100		葱	5	魚の照り焼き	そい　60ｇ（骨	60
		じゃが芋	30		食塩	0.4		ピーマン	5		大根　皮剥	60		減塩しょうゆ（	5		減塩しょうゆ（	10		減塩しょうゆ（	5
		ブロッコリー（	20		ブロッコリー	30		玉葱	20		人参　皮剥	20		食塩	0.1		みりん風調味料	2.5		合成清酒	2
		キャベツ（葉先	20		減塩正油パック	5		食塩	0.3		減塩みそ	8		みりん風調味料	2.5		かつお・昆布だ	150		みりん風調味料	2
		人参　皮剥	10					パセリ	1		減塩しょうゆ（	2.5		煮干しだし	30					大根　皮剥	40
		コンソメ	0.5	和え物	なが芋	60		サラダ菜	6		上白糖	2		貝割大根・芽	3	吉野鶏	若鶏もも　皮な	80		レタス	10
		食塩	0.5		きゅうり（皮な	5		ソースパック	5		合成清酒	2.5					上白糖	0.5		減塩正油パック	5
					上白糖	0.5					みりん風調味料	2.5	みそ炒め	焼き竹輪	20		濃口醤油	2.5			
					食塩	0.3	煮物	さつま芋（皮な	40					ピーマン	20		片栗粉	5	煮物	若鶏もも　皮な	20
	ピーマンソテー	赤ピーマン	20					大根　皮剥	20	南瓜煮物	西洋かぼちゃ（	60		赤ピーマン	10		サラダ菜	3		じゃが芋	30
		黄ピーマン	20					小松菜	10		減塩しょうゆ（	2.5		黄ピーマン	10					人参　皮剥	10
		ピーマン	20	なす味噌炒め	なす（皮なし）	40		減塩しょうゆ（	2.5		上白糖	1		減塩みそ	6	なます	大根　皮剥（ゆ	50		減塩しょうゆ（	5
		食塩	0.3		玉葱	20		上白糖	0.5		かつおだし	15		上白糖	2		人参　皮剥（ゆ	5		上白糖	1
					人参　皮剥	5		煮干しだし	1								上白糖	0.5			
	サラダ	レタス（葉先）	30		淡色辛みそ	4		蒸しかまぼこ	20	茄子の炒め煮	なす（皮なし）	50	サラダ	玉葱　ゆで	45		食塩	0.2	ソテー	玉葱	20
		人参　皮剥	5		上白糖	2					さやえんどう	5		人参　皮剥	5					ほうれん草	20
		鶏卵	25								減塩しょうゆ（	5		減塩しょうゆ（	2.5	焼き芋	さつま芋（皮な	40		食塩	0.3
		減塩正油パック	5	煮物	凍り豆腐	8	菜の花和え	和種なばな	50		上白糖	0.5		パセリ（粉	0.1						
					減塩しょうゆ（	2.5		減塩しょうゆ（	2.5		かつおだし	10				果物	黄桃缶	40	果物盛り合わ	もも缶（果肉）	30
	オニオンスー	玉葱	30		上白糖	1		上白糖	0.5											みかん缶詰（果	10
		人参　皮剥	5		かつお・昆布だ	10							清汁	さやえんどう	10						

低残渣食

献立表(週間)

	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)		5月6日(日)		5月7日(月)	
昼	プ	コンソメ 0.5		小葱 5	漬物	きゅうり（皮な 20	白菜の	白菜（葉先） 60		生ふ 10			せ	
		食塩 0.5				食塩 0.2	お浸し	減塩しょうゆ（ 2.5		淡口醤油 5				
			果物	黄桃缶 40				かつおだし 1		食塩 0.2				
	果物	西洋なし（缶詰 40			甘味噌	木綿豆腐 25				かつお・昆布だ 150				
					かけ	減塩みそ 5	果物	もも缶（果肉） 40						
						上白糖 3			果物	西洋なし（缶詰 40				
						煮干しだし 20								
						小葱 2								
					果物	もも缶（果肉） 20								
						みかん缶詰（果 20								
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
	すき焼き	若鶏もも　皮な 80	鶏肉の香味だれ	若鶏もも　皮な 80	塩焼き	そい　40ｇ（骨 80	チャンチャン焼き	さけ・60ｇ（骨 60	吉野鶏	若鶏もも　皮な 60	焼き魚野菜添え	まだら・80ｇ（ 80	チキンソテー	若鶏もも　皮な 80
		焼き豆腐 50		食塩 0.4		大根　皮剥 40		淡色辛みそ 8		減塩しょうゆ（ 2.5		食塩 0.1		食塩 0.2
		白菜（葉先） 30		薄力粉　１等 3		しそ 1		みりん風調味料 2.5		上白糖 0.5		玉葱 30		プリーツレタス 5
		葱 15		上白糖 1		減塩正油パック 5		生姜 1		片栗粉 3		人参　皮剥 10		ブロッコリー（ 30
		人参　皮剥 8		減塩しょうゆ（ 5				キャベツ 50		キャベツ（葉先 20		減塩しょうゆ（ 2.5		減塩正油パック 5
		減塩しょうゆ（ 10		みりん風調味料 2.5	みそおでん	大根　皮剥 40		玉葱 10		トマト（皮なし 20		合成清酒 2.5		
		上白糖 2		葱 5		鶏卵 25		人参　皮剥 10		パセリ 1.5		みりん風調味料 2.5	あえ物	きゅうり（皮な 40
		みりん風調味料 2.5		大根　皮剥 50		人参　皮剥 15		ピーマン 5				小葱 3		緑豆春雨 5
		合成清酒 2.5		サラダ菜（葉先 5		さやいんげん（ 10			炊き合せ	豚もも　脂身な 30		減塩正油パック 5		上白糖 1
						淡色辛みそ 5	サラダ	レタス（ゆで） 30		じゃが芋 20				減塩しょうゆ（ 2.5
	里芋田楽	里芋 30	炊き合わせ	じゃが芋 40		減塩しょうゆ（ 2.5		ブロッコリー（ 20		人参　皮剥 15	炒り豆腐	木綿豆腐 50		
		さやえんどう 6		人参　皮剥 20		合成清酒 2.5		ミニトマト（皮 15		減塩しょうゆ（ 5		人参　皮剥 10	白和え	しぼり豆腐 40
		減塩みそ 5		さやえんどう（ 4		上白糖 1		鶏卵 25		上白糖 1		葱 10		淡色辛みそ 8
		上白糖 1		減塩しょうゆ（ 5		みりん風調味料 1		減塩正油パック 5		みりん風調味料 2.5		減塩しょうゆ（ 5		上白糖 4
		みりん風調味料 2.5		上白糖 1								上白糖 1		ほうれん草（葉 50
				昆布だし 15	かぶの和え物	かぶ　皮剥（ゆ 30	煮物	かぶ　皮剥 50	酢の物	かぶ　皮剥 40		みりん風調味料 2.5		人参　皮剥 10
	おろし和え	大根　皮剥 40				減塩しょうゆ（ 2.5		人参　皮剥 15		食塩 0.3		煮干しだし 15		
		きゅうり（皮な 10	お浸し	白菜 50		上白糖 0.5		さやえんどう 5		上白糖 0.5			清汁	大根　皮剥 20
		減塩しょうゆ（ 2.5		濃口醤油 2.5				減塩しょうゆ（ 5			サラダ	レタス 10		かつお・昆布だ 150
				削り節 0.5	そうめん汁	そうめん　ゆで 30		上白糖 1	お吸い物	生ふ 10		ミニトマト（皮 20		淡口醤油 5
	みそ汁	凍り豆腐 2				葱 5		かつおだし 15		桜花漬け 5		ブロッコリー（ 30		食塩 0.2
		小松菜（葉先） 30	湯豆腐	切りみつば 5		淡口醤油 5				切りみつば 2		減塩正油パック 5		
		淡色辛みそ 10		木綿豆腐 25		食塩 0.2	スープ	木綿豆腐 25		かつお・昆布だ 150				
		煮干しだし 150		減塩しょうゆ（ 2.5		かつお・昆布だ 150		小葱 1.5		淡口醤油 5	みそ汁	大根　皮剥 40		
								コンソメ 1		食塩 0.2		葱 5		
	ジュース	りんご（濃縮還 200						食塩 0.5				淡色辛みそ 10		
									かしわ餅	団子の粉 15		煮干しだし 150		
										上白糖 2				
										さらしあん 3				
										上白糖 8				
										食塩 0.1				
										かしわの葉 1				
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1715 kcal 蛋白質 69.6 g 脂質 17.4 g 炭水化 314.5 g 塩分 7.8 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1646 kcal 蛋白質 70.5 g 脂質 17.9 g 炭水化 293.9 g 塩分 7.0 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1664 kcal 蛋白質 72.4 g 脂質 15.1 g 炭水化 301.6 g 塩分 7.9 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1653 kcal 蛋白質 70.6 g 脂質 16.4 g 炭水化 299.8 g 塩分 7.2 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1709 kcal 蛋白質 65.2 g 脂質 15.6 g 炭水化 319.4 g 塩分 7.4 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1659 kcal 蛋白質 72.3 g 脂質 16.0 g 炭水化 298.3 g 塩分 7.9 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1611 kcal 蛋白質 66.0 g 脂質 17.5 g 炭水化 289.4 g 塩分 7.4 g	

低残渣食

献立表(週間)

	5月8日(火)			5月9日(水)			5月10日(木)			5月11日(金)			5月12日(土)			5月13日(日)			5月14日(月)		
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
	含め煮	焼き豆腐	75	野菜ソテー	小松菜（葉先）	50	炒り豆腐	木綿豆腐	50	大根煮物	大根　皮剥	40	炒煮	もやし	30	豆腐のかにあんかけ	木綿豆腐	75	塩たらこと湯葉和え	たらこ	10
		濃口醤油	2.5		人参　皮剥	10		キャベツ（葉先	50		人参　皮剥	8		人参　皮剥	10		かにかま	10		しそ	0.5
		上白糖	1		玉葱	20		葱	10		さやえんどう	3		減塩しょうゆ（	5		さやえんどう	5		和種なばな	20
		みりん風調味料	1		食塩	0.3		人参　皮剥	10		減塩しょうゆ（	2.5		上白糖	1		淡口醤油	1		湯葉　干し	1
		煮干しだし	30					減塩しょうゆ（	5		上白糖	1					鶏ガラスープ	0.2		減塩しょうゆ（	2.5
		さやえんどう	4	和え物	キャベツ（葉先	40		上白糖	1		煮干しだし	15	蒸し豆腐	木綿豆腐	50		片栗粉	1			
					減塩しょうゆ（	5		煮干しだし	15					葱	2				野菜炒め煮	キャベツ（葉先	50
	和え物	白菜	40		上白糖	0.5				卵豆腐	鶏卵	20		減塩しょうゆ（	2.5	チンゲン菜の和え物	チンゲンサイ	50		ピーマン	10
		人参　皮剥	5				さつま芋煮	さつま芋	60		煮干しだし	40					人参　皮剥	10		人参　皮剥	10
		濃口醤油	2.5	みそ汁	大根　葉	5		減塩しょうゆ（	5		食塩	0.2	和え物	和種なばな	20		減塩しょうゆ（	2.5		減塩しょうゆ（	5
					なす（皮なし）	20		上白糖	1		減塩しょうゆ（	2.5		減塩しょうゆ（	2.5		上白糖	1		上白糖	1
	みそ汁	キャベツ（葉先	40		淡色辛みそ	10		煮干しだし	10		上白糖	1		上白糖	0.5						
		葱	5		煮干しだし	150		小葱	3		片栗粉	0.2				浅漬け	きゅうり（皮な	20	豆腐の煮物	木綿豆腐	25
		淡色辛みそ	10								しそ	0.5	みそ汁	チンゲンサイ（	20		食塩	0.1		人参　皮剥	10
		煮干しだし	150	ジュース	パイン（濃縮還	200	たいみそ	たいみそ	10					じゃが芋	40					減塩しょうゆ（	2.5
										みそ汁	大根　葉	20		淡色辛みそ	10	みそ汁	大根　皮剥	20		上白糖	0.5
	練り梅	うめびしお　8	8								木綿豆腐	40		煮干しだし	150		大根　葉	10			
							みそ汁	玉葱	30		淡色辛みそ	10					淡色辛みそ	10	みそ汁	棒麩	1
	ジュース	りんご（濃縮還	200					淡色辛みそ	10		煮干しだし	150	ジュース	りんご（濃縮還	200		煮干しだし	150		葱	5
								煮干しだし	150											淡色辛みそ	10
										漬物	なす（皮なし）	20				ジュース	パイン（濃縮還	200		煮干しだし	150
							ジュース	りんご（濃縮還	200		食塩	0.1									
																			ジュース	りんご（濃縮還	200
										果物	もも缶（果肉）	40									
										ジュース	パイン（濃縮還	200									
昼	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	五目うどん	うどん　ゆで	280	米飯	精白米	90
																	蒸しかまぼこ	20			
	ハンバーグ	ささ身挽き肉（	80	魚の葱ソース	さけ・80ｇ（骨	80	チキンピカタ	若鶏もも　皮な	80	魚の香味焼き	あかうお・80ｇ	100	煮魚	まこがれい・80	80		鶏卵	50	回鍋肉	若鶏もも　皮な	80
		玉葱	40		食塩	0.4		食塩	0.4		減塩しょうゆ（	5		減塩しょうゆ（	10		ほうれん草（ゆ	20		キャベツ（葉先	70
		なが芋	5		葱	20		薄力粉　１等	3		合成清酒	2.5		上白糖	2		さやえんどう（	4		ピーマン	10
		鶏卵	3		減塩しょうゆ（	5		鶏卵	5		みりん風調味料	2.5		合成清酒	1.5		葱	5		葱	15
		食塩	0.5		レモン（果汁）	2		ケチャップ	5		サニーレタス	8		みりん風調味料	1.5		かつお・昆布だ	150		減塩みそ	10
		キャベツ（葉先	20		ブロッコリー（	20		ブロッコリー（	20					人参　皮剥	20		減塩しょうゆ（	10		上白糖	1
		人参　皮剥	5					サニーレタス	8	炒め物	キャベツ（葉先	30		スナップえんど	10		みりん風調味料	2.5		鶏ガラスープ	0.5
		ソースパック	5	豆腐あんかけ	木綿豆腐	75					玉葱	20									
					合挽肉	20	野菜炒め	チンゲンサイ（	50		人参　皮剥	10	お浸し	ほうれん草（葉	50	香草焼き	さけ・30ｇ（骨	30	南瓜の煮物	かぼちゃ（皮な	60
	サラダ	トマト（皮なし	40		人参　皮剥	5		黄ピーマン	10		ピーマン	8		減塩正油パック	5		食塩	0.2		減塩しょうゆ（	5
		きゅうり（皮な	20		貝割大根・芽	3		かき油	5		食塩	0.3					タイム	0.1		上白糖	1
		鶏卵	25		減塩しょうゆ（	5		合成清酒	2.5		鶏ガラスープ	0.5	梅肉和え	きゅうり（皮な	40		レタス	5		煮干しだし	15
		減塩正油パック	5		上白糖	1								しそ	0.3						
					片栗粉	1	お浸し	白菜（葉先）	50	野菜サラダ	カリフラワー（	30		梅干し（調味漬	3	和え物	白菜	60	ほうれん草のあえ物	ほうれん草（葉	40
	オニオンソテー	玉葱	30		煮干しだし	15		減塩しょうゆ（	2.5		きゅうり（皮な	15		削り節	0.2		減塩しょうゆ（	2.5		減塩しょうゆ（	2.5
		ロースハム	5					かつおだし	1		トマト（皮なし	30					上白糖	1			
		人参　皮剥	5	お浸し	ほうれん草（葉	50					減塩正油パック	5	焼きはんぺん	はんぺん	40						
		食塩	0.2		減塩しょうゆ（	2.5	あえ物	きゅうり（皮な	60					減塩正油パック	5	果物	黄桃缶	40	焼きな	なす（皮なし）	40

低残渣食

献立表(週間)

	5月8日(火)			5月9日(水)			5月10日(木)			5月11日(金)			5月12日(土)			5月13日(日)			5月14日(月)		
昼								減塩しょうゆ（	2.5	みそ汁	葱	3							す	小葱	2
	果物	りんご　缶詰	40	煮物	大根　皮剥	40		上白糖	1		里芋	20	果物	もも缶（果肉）	40					減塩正油パック	5
					人参　皮剥	20					淡色辛みそ	10									
					減塩しょうゆ（	2.5	果物	みかん缶詰（果	40		煮干しだし	150							果物	みかん缶詰（果	40
					みりん風調味料	1															
					煮干しだし	15															
				果物	もも缶（果肉）	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	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90
	魚塩焼き	ほっけ・80ｇ（	80	帆立焼き	ホタテ貝柱	60	魚南蛮漬け	そい　70ｇ（骨	80	鶏の照り焼き	若鶏むね皮なし	80	ミートローフ	鶏ひき肉	50	チキンチャップ	若鶏もも　皮な	60	蒸し帆立	ホタテ貝柱	90
		食塩	0.4		かぼちゃ（皮な	40		食塩	0.4		減塩しょうゆ（	5		パン粉（乾燥）	2		食塩	0.2		トマト（皮なし	30
		トマト（皮なし	15		ピーマン	10		玉葱	40		合成清酒	2.5		豆乳	5		薄力粉　１等	3		サラダ菜	5
		サラダ菜	5		食塩	0.2		人参　皮剥	5		人参　皮剥	5		食塩	0.5		中濃ソース	5		減塩正油パック	5
		醤油パック　5	5		減塩正油パック	5		ピーマン	8		キャベツ（葉先	20		玉葱	60		ウスターソース	5			
								濃口醤油	5		ソースパック	5		人参　皮剥	5		ケチャップ	5	茶椀蒸し	鶏卵	50
	煮物	じゃが芋	60	炊き合わせ	若鶏もも　皮な	30		上白糖	2					鶏卵	3		ワイン（赤）	2.5		煮干しだし	50
		人参　皮剥	20		なが芋	40				煮物	かぶ　皮剥	40		ケチャップ	5		玉葱	20		かつおだし	50
		濃口醤油	5		人参　皮剥	15	そぼろ煮	鶏ひき肉	10		人参　皮剥	15		人参　皮剥	10		キャベツ（葉先	30		若鶏ささ身	10
		上白糖	1		淡口醤油	5		じゃが芋	30		さやいんげん（	10		上白糖	0.5		ミニトマト（皮	15		なると	8
		みりん風調味料	1		上白糖	1		さやいんげん（	10		減塩しょうゆ（	5		ブロッコリー（	20					糸みつば	2
		煮干しだし	15		煮干しだし	15		煮干しだし	15		上白糖	1				シーフードサラダ	いたやがい	30		食塩	0.3
					さやえんどう	4		減塩しょうゆ（	5		煮干しだし	15	あちゃら漬け	かぶ　皮剥	30		きゅうり（皮な	30		みりん風調味料	1
	あえ物	白菜（葉先）	40					上白糖	1					人参　皮剥	5		赤ピーマン	8			
		きゅうり（皮な	20	和え物	きゅうり（皮な	30				ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー（	40		食塩	0.3		黄ピーマン	8	清汁	白菜	30
		上白糖	1		キャベツ（葉先	30	サラダ	キャベツ（葉先	50		削り節	0.5		上白糖	3		減塩しょうゆ（	2.5		貝割大根・芽	5
		食塩	0.3		人参　皮剥	5		人参　皮剥	5		減塩しょうゆ（	2.5		煮干しだし	1		しそ	0.5		かつお・昆布だ	150
					濃口醤油	2.5		減塩正油パック	5											淡口醤油	5
	すり長芋	なが芋	60										蒸し鶏のサラダ	ささ身	20	じゃが芋ポタージュ	じゃが芋	40		食塩	0.2
		小葱	1	清汁	糸みつば	5	卵スープ	鶏卵	15	中華風スープ	緑豆春雨	5		レタス	30		薄力粉　１等	5			
		淡口醤油	2.5		生ふ	8		玉葱	40		人参　皮剥	5		トマト（皮なし	20		豆乳	100	ゼリー	青りんごゼリー	60
					かつお・昆布だ	150		赤ピーマン	5		鶏卵	20		ﾉﾝｵｲﾙｻｳｻﾞﾝﾊﾟｯｸ	10		コンソメ	0.5			
	ゼリー	青りんごゼリー	60		淡口醤油	5		コンソメ	0.5		中華味	0.5					食塩	0.3			
					食塩	0.2		食塩	0.8		食塩	0.8	みそ汁	玉葱	30		水	20			
														ほうれん草	20						
				ゼリー	はちみつレモン	60				ゼリー	はちみつレモン	60		淡色辛みそ	10	ゼリー	野菜と果物（グ	80			
														煮干しだし	150		上白糖	5			
																	ゼラチン	1			
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1672 kcal 蛋白質 68.2 g			ｴﾈﾙｷﾞｰ 1693 kcal 蛋白質 72.3 g			ｴﾈﾙｷﾞｰ 1689 kcal 蛋白質 66.0 g			ｴﾈﾙｷﾞｰ 1680 kcal 蛋白質 71.4 g			ｴﾈﾙｷﾞｰ 1614 kcal 蛋白質 66.0 g			ｴﾈﾙｷﾞｰ 1638 kcal 蛋白質 68.0 g			ｴﾈﾙｷﾞｰ 1645 kcal 蛋白質 73.4 g		
	脂質 16.1 g 炭水化 305.2 g			脂質 15.4 g 炭水化 309.9 g			脂質 16.6 g 炭水化 310.5 g			脂質 15.0 g 炭水化 305.9 g			脂質 15.5 g 炭水化 295.1 g			脂質 19.3 g 炭水化 290.0 g			脂質 16.4 g 炭水化 294.6 g		
	塩分 7.3 g			塩分 7.4 g			塩分 7.7 g			塩分 7.7 g			塩分 7.7 g			塩分 7.6 g			塩分 7.6 g		

低残渣食

献立表(週間)

	5月15日(火)			5月16日(水)			5月17日(木)			5月18日(金)			5月19日(土)			5月20日(日)			5月21日(月)		
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
	鮭缶おろし	さけ水煮缶詰	40	野菜卵とじ	キャベツ（葉先	50	小松菜の炒煮	小松菜（葉先）	40	焼き魚	あかうお・60ｇ	60	大根の煮物	大根　皮剥	40	豆腐の野菜あんかけ	木綿豆腐	100	野菜炒り卵	鶏卵	50
		大根　皮剥	50		人参　皮剥	5		赤ピーマン	20		食塩	0.3		人参　皮剥	10		玉葱	30		かつおだし	5
		しそ	0.5		鶏卵	50		凍り豆腐	1		しそ	1		減塩しょうゆ（	5		人参　皮剥	5		キャベツ	20
		減塩正油パック	5		減塩しょうゆ（	5		減塩しょうゆ（	2.5					上白糖	1		減塩しょうゆ（	5		グリーンアスパ	10
					みりん風調味料	2.5		上白糖	1	いんげんソテー	さやいんげん（	40		煮干しだし	10		上白糖	1		人参　皮剥	10
	梅肉和え	キャベツ　ゆで	40		煮干しだし	30					人参　皮剥	10					合成清酒	1		食塩	0.5
		人参　皮剥	5				茹で卵	鶏卵	50		食塩	0.3	蒸し豆腐	木綿豆腐	50		みりん風調味料	1			
		梅干し（調味漬	3	二色浸し	もやし	40		塩ﾊﾟｯｸ0.3ｇ	0.3					減塩正油パック	5		片栗粉	1	チンゲン菜の炒め煮	チンゲンサイ（	20
		上白糖	1		ピーマン	10		パセリ（粉	0.2	カリフラワーの醤油和え	人参　皮剥	5					小葱	2		玉葱	20
					減塩しょうゆ（	5					カリフラワー（	30	サラダ	レタス（ゆで）	30					赤ピーマン	10
	たいみそ	たいみそ	10		削り節	0.5	みそ汁	玉葱	20		減塩しょうゆ（	2.5		黄ピーマン（ゆ	5	きゅうりの梅肉和え	きゅうり（皮な	30		減塩しょうゆ（	5
								大根　葉	20		上白糖	0.5		赤ピーマン（ゆ	5		梅干し（調味漬	2		上白糖	1
				胡瓜の和え物	きゅうり（皮な	50		淡色辛みそ	10					減塩しょうゆ（	5		みりん風調味料	0.5			
	みそ汁	白菜（葉先）	30		上白糖	1		煮干しだし	150	みそ汁	小松菜（葉先）	20					上白糖	0.2	ねり梅	梅びしお	5
		なす（皮なし）	10		食塩	0.3					棒麩	2	みそ汁	玉葱	20						
		葱	5				たいみそ	たいみそ	8		淡色辛みそ	10		もやし（根なし	10	たいみそ	たいみそ	5	みそ汁	ほうれん草	30
		淡色辛みそ	10	みそ汁	大根　皮剥	30					煮干しだし	150		小葱	2					淡色辛みそ	10
		煮干しだし	150		貝割大根・芽	5								淡色辛みそ	10					煮干しだし	150
					淡色辛みそ	10	ジュース	パイン（濃縮還	200	ジュース	りんご（濃縮還	200		煮干しだし	150	みそ汁	さやえんどう	5			
	ジュース	パイン（濃縮還	200		煮干しだし	150											白菜（葉先）	20	ジュース	パイン（濃縮還	200
													ジュース	パイン（濃縮還	200		淡色辛みそ	10			
				ジュース	りんご（濃縮還	200											煮干しだし	150			
																ジュース	りんご（濃縮還	200			
昼	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	うどん	うどん　ゆで	290	米飯	精白米	90
																	かつおだし	150			
	和風豆腐ハンバーグ	木綿豆腐	40	蒸し鶏肉あんかけ	若鶏もも　皮な	80	吉野鶏	若鶏もも　皮な	90	シチュー	若鶏もも　皮な	70	焼き魚	さけ・80ｇ	80		昆布だし	150	煮魚	まこがれい・80	80
		鶏ひき肉	30		食塩	0.4		減塩しょうゆ（	5		じゃが芋	40		食塩	0.4		減塩しょうゆ（	15		減塩しょうゆ（	10
		玉葱	40		玉葱	40		合成清酒	1		玉葱	40		大根　皮剥	40		みりん風調味料	2.5		上白糖	1
		鶏卵	3		ピーマン	10		片栗粉	1		人参　皮剥	20		しそ	0.5		合成清酒	2.5		合成清酒	2.5
		なが芋	5		減塩しょうゆ（	5		サニーレタス	5		薄力粉　１等	5		減塩しょうゆ（	2.5		上白糖	1		里芋	20
		片栗粉	3		煮干しだし	30					豆乳	60					葱	5		小松菜	20
		減塩みそ	5		上白糖	1	大根和え	大根　皮剥（ゆ	40		コンソメ	0.5	炒煮	じゃが芋	40						
		大根　皮剥	30		片栗粉	1		はつかだいこん	5		食塩	1		人参　皮剥	10	蒸し野菜	ホタテ貝柱	30	けんちん煮	木綿豆腐	50
		しそ	1					きゅうり（皮な	10		ブロッコリー（	20		減塩しょうゆ（	5		さつま芋（皮な	20		大根　皮剥	30
		減塩正油パック	5	桜ポテト	じゃが芋	50		上白糖	3					上白糖	1		キャベツ（葉先	20		人参　皮剥	10
					たらこ	6		食塩	0.3	長いもサラダ	なが芋	40					玉葱	20		減塩しょうゆ（	5
	ポトフ	若鶏もも　皮な	40		食塩	0.1					しそ	0.3	野菜サラダ	きゅうり（皮な	30		人参　皮剥	5		上白糖	1
		じゃが芋	60				焼きかぼちゃ	西洋かぼちゃ（	40		減塩しょうゆ（	2.5		大根　皮剥（ゆ	30		減塩正油パック	5		みりん風調味料	2.5
		コンソメ	0.5	煮物	大根　皮剥	50		食塩	0.2					ﾉﾝｵｲﾙｻｳｻﾞﾝﾊﾟｯｸ	10					煮干しだし	15
		食塩	0.5		さやえんどう	3		パセリ（粉	0.1	野菜スープ	ピーマン	5				肉じゃが	じゃが芋	20			
		パセリ（粉	0.5		減塩しょうゆ（	2.5					キャベツ（葉先	30	卵豆腐あんかけ	鶏卵	25		若鶏むね皮なし	60	和え物	かぶ　皮剥	40
					上白糖	0.5	みそ汁	人参　皮剥	10		コンソメ	0.5		煮干しだし	25		玉葱	20		きゅうり（皮な	10
	イタリアンサラダ	トマト（皮なし	20		削り節	0.5		白菜（葉先）	40		食塩	0.5		減塩しょうゆ（	2		人参　皮剥	10		人参　皮剥	5
		きゅうり（皮な	20					葱	3					生姜	2		減塩しょうゆ（	5		上白糖	3
		玉葱　ゆで	10	湯豆腐	木綿豆腐	25		淡色辛みそ	10	果物	ぶどう　缶詰	40		減塩しょうゆ（	2.5		上白糖	1		食塩	0.2

低残渣食

献立表(週間)

	5月15日(火)		5月16日(水)		5月17日(木)		5月18日(金)		5月19日(土)		5月20日(日)		5月21日(月)	
昼		減塩しょうゆ（ 5		減塩正油パック 5		煮干しだし 150				上白糖 1		小葱 1		
				葱 2						片栗粉 1			温野菜	スナップえんど 20
	果物	もも缶（果肉） 40			果物	黄桃缶 40				貝割大根・芽 5	和え物	小松菜 ゆで 50	サラダ	カリフラワー 30
			果物	りんご 缶詰 60								減塩しょうゆ（ 2.5		減塩正油パック 5
	ジュース	きになる野菜（ 125							果物	りんご 缶詰 40		上白糖 0.5		
													果物	りんご 缶詰 40
											果物	もも缶（果肉） 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	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90
	蒸し魚ソースかけ	まだら・80ｇ 80	魚塩焼き	あかうお・80ｇ 80	照焼魚	そい 80ｇ 80	魚味噌漬け焼き	そい 80ｇ 80	鶏つくねあんかけ	鶏ひき肉 60	蒸し鶏	ささ身 40	ハンバーグ	鶏ひき肉 70
		食塩 0.4		食塩 0.4		減塩しょうゆ（ 5		淡色辛みそ 5		玉葱 20		食塩 0.2		玉葱 20
		ケチャップ 10		大根 皮剥 40		上白糖 1		みりん風調味料 2.5		食塩 0.3		合成清酒 2.5		鶏卵 3
		濃口醤油 2.5		しそ 0.5		みりん風調味料 2.5		上白糖 0.5		鶏卵 3		パセリ（粉 0.1		パン粉（乾燥） 1
		上白糖 2		減塩正油パック 5		合成清酒 1		大根 皮剥 40		パン粉（乾燥） 3		サニーレタス 5		食塩 0.5
		合成清酒 2.5				大根 皮剥 50		しそ 0.5		里芋 40		減塩正油パック 5		ケチャップ 5
		葱 20	筑前煮	若鶏もも 皮な 10		しそ 1		醤油パック 5 5		ホタテ貝柱 30				ウスターソース 5
		片栗粉 1		里芋 50		減塩正油パック 5				人参 皮剥 20	大根の煮物	大根 皮剥 40		キャベツ 25
		サニーレタス 5		人参 皮剥 15			和え物	きゅうり（皮な 50		減塩しょうゆ（ 7.5		人参 皮剥 10		レッドキャベツ 5
				さやいんげん（ 10	きんぴら風	じゃが芋 50		上白糖 3		合成清酒 2.5		さやいんげん（ 10		減塩正油パック 5
	とびっこと野菜の和え物	大根 皮剥 50		減塩しょうゆ（ 5		人参 皮剥 10		減塩しょうゆ（ 2.5		みりん風調味料 2.5		減塩しょうゆ（ 5		
		人参 皮剥 5		上白糖 1		上白糖 1				片栗粉 1		合成清酒 1	リャンバン	緑豆春雨 5
		小葱 2				減塩しょうゆ（ 5	炒煮	大根 皮剥 40				煮干しだし 15		もやし 30
		減塩しょうゆ（ 5	サラダ	キャベツ（葉先 25		煮干しだし 15		人参 皮剥 10	大名和え	白菜（葉先） 70		鶏卵 25		しそ 1
		上白糖 1		ブロッコリー（ 30				減塩しょうゆ（ 5		削り節 0.5				減塩しょうゆ（ 5
		とびっこ 5		ミニトマト（皮 15	マカロニサラダ	マカロニ 乾 4		上白糖 1		減塩しょうゆ（ 5	ほうれん草の白和え	しぼり豆腐 50		上白糖 1
				減塩しょうゆ（ 5		きゅうり（皮な 20		煮干しだし 10		鶏卵 15		減塩みそ 5		
	卵スープ	鶏卵 15				人参 皮剥 8				食塩 0.1		上白糖 3	南瓜のサラダ	西洋かぼちゃ（ 50
		玉葱 20	みそ汁	棒麸 1		減塩しょうゆ（ 5	のっぺい汁	里芋 30				ほうれん草（葉 40		きゅうり（皮な 15
		葱 5		玉葱 30				木綿豆腐 30	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー（ 40		人参 皮剥（ゆ 5		玉葱 10
		中華味 0.5		ほうれん草（葉 10	清汁	さやえんどう 5		人参 皮剥 10		減塩しょうゆ（ 2.5				食塩 0.3
		食塩 0.5		淡色辛みそ 10		かぶ 皮剥 20		小葱 2			ゼリー	はちみつレモン 60		
		淡口醤油 2.5		煮干しだし 150		淡口醤油 5		濃口醤油 5					スープ	玉葱 40
		白こしょう 0.01				食塩 0.2		食塩 0.2	とろろ汁	きょうな 10				貝割大根・芽 5
						昆布だし 75		煮干しだし 150		ながいも 40				コンソメ 0.5
	果物	みかん缶詰（果 40				かつおだし 75				淡口醤油 5				食塩 0.5
										食塩 0.2				
										煮干しだし 150				
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1721 kcal 蛋白質 67.0 g 脂質 17.2 g 炭水化 315.1 g 塩分 7.5 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1676 kcal 蛋白質 71.5 g 脂質 19.1 g 炭水化 298.6 g 塩分 7.9 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1638 kcal 蛋白質 66.9 g 脂質 17.8 g 炭水化 294.3 g 塩分 7.9 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1644 kcal 蛋白質 71.1 g 脂質 15.4 g 炭水化 296.8 g 塩分 7.7 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1691 kcal 蛋白質 72.0 g 脂質 21.3 g 炭水化 293.5 g 塩分 7.8 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1706 kcal 蛋白質 71.7 g 脂質 15.2 g 炭水化 310.8 g 塩分 7.6 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1695 kcal 蛋白質 65.3 g 脂質 21.3 g 炭水化 301.9 g 塩分 7.9 g	

低残渣食

献立表(週間)

	5月22日(火)			5月23日(水)			5月24日(木)			5月25日(金)			5月26日(土)			5月27日(日)			5月28日(月)		
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
	五目煮	大根　皮剥	50	鮭甘塩焼き	秋鮭塩焼き（骨	20	きんぴら風	じゃが芋	40	野菜ソテー	キャベツ（葉先	50	野菜卵炒め	鶏卵	50	豆腐そぼろかけ	木綿豆腐	100	蒸し豆腐	木綿豆腐	100
		人参　皮剥	10		しそ	1		人参　皮剥	10		玉葱	20		ほうれん草（葉	20		鶏ひき肉	10		削り節	1
		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（	2.5		減塩正油パック	5
		濃口醤油	5	人参と小松菜のナムル	小松菜（葉先）	40		上白糖	1		食塩	0.3		食塩	0.5		上白糖	1			
		上白糖	1		人参　皮剥（ゆ	15											合成清酒	1	ほうれん草の炒煮	ほうれん草（葉	50
		煮干しだし	20		減塩しょうゆ（	2.5	卵焼き	鶏卵	50	鶏肉照焼き	若鶏もも　皮な	30	煮物	大根　皮剥	40		さやいんげん（	10		人参　皮剥	10
					上白糖	1		食塩	0.2		減塩しょうゆ（	2.5		人参　皮剥	10					焼き竹輪	10
	塩たらこ	たらこ	10					上白糖	0.1		上白糖	1.5		凍り豆腐	2	炒煮	キャベツ（葉先	40		減塩しょうゆ（	5
		しそ	1	ソテー	キャベツ（葉先	60		パセリ	1		ブロッコリー（	30		減塩しょうゆ（	5		はんぺん	10		上白糖	1
					ピーマン	10								上白糖	1		ピーマン	5			
	白菜のお浸し	白菜（葉先）	60		食塩	0.5	野菜サラダ	カリフラワー	30	たいみそ	たいみそ	10		煮干しだし	10		減塩しょうゆ（	5	みそ汁	白菜（葉先）	30
		濃口醤油	2.5					玉葱	10								上白糖	1		棒麸	2
		かつお節	0.5	みそ汁	貝割大根・芽	5		黄ピーマン	5				たいみそ	たいみそ	10					淡色辛みそ	10
					木綿豆腐	30		上白糖	0.5	みそ汁	チンゲンサイ（	20				たいみそ	たいみそ	10		煮干しだし	150
	みそ汁	木綿豆腐	30		淡色辛みそ	10		食塩	0.2		淡色辛みそ	10									
		小葱	2		煮干しだし	150					煮干しだし	150	みそ汁	キャベツ（葉先	30				浅漬け	きゅうり（皮な	20
		淡色辛みそ	10				みそ汁	キャベツ（葉先	30					葱	5	みそ汁	チンゲンサイ（	20		食塩	0.2
		煮干しだし	150	ジュース	パイン（濃縮還	200		棒麸	1	ジュース	パイン（濃縮還	200		淡色辛みそ	10		大根　皮剥	20			
								淡色辛みそ	10					煮干しだし	150		淡色辛みそ	10	ジュース	りんご（濃縮還	200
	ジュース	りんご（濃縮還	200					煮干しだし	150								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	パイン（濃縮還	200			
昼	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	鶏そうめん	そうめん　ゆで	250	米飯	精白米	90
																	ささ身	40			
	グラタン	若鶏もも　皮な	50	チキンロール	鶏ひき肉	60	ハヤシシチュー	若鶏むね皮なし	40	魚の照り焼き	まだら・60ｇ（	60	魚みそ煮	あかうお・60ｇ	60		葱	5	蒸し魚のあんかけ	まだら・60ｇ（	60
		ホタテ貝柱	20		食塩	0.3		玉葱	100		食塩	0.3		減塩みそ	10		濃口醤油	10		貝割大根・芽	10
		玉葱	30		鶏卵	5		薄力粉　１等	3		合成清酒	2.5		上白糖	2		食塩	0.2		減塩しょうゆ（	5
		薄力粉　１等	10		玉葱	20		豆乳	40		減塩しょうゆ（	5		合成清酒	2.5		かつおだし	100		上白糖	1
		豆乳	80		人参　皮剥	10		食塩	0.3		サニーレタス	3		みりん風調味料	2.5		昆布だし	100		片栗粉	1
		コンソメ	0.5		パン粉（乾燥）	3		ウスターソース	10					大根　皮剥	40					煮干しだし	30
		食塩	0.3		ケチャップ	5		ケチャップ	10	炒煮	小松菜	50		さやえんどう	4	南瓜サラダ	かぼちゃ（ゆで	70			
		パン粉（乾燥）	3		ピーマン	10					減塩しょうゆ（	5					きゅうり（皮な	10	炊合せ	大根　皮剥	40
					赤ピーマン	10	グリーンサラダ	レタス	20		上白糖	1	煮物	里芋	30		サニーレタス	8		鶏卵	50
	フレンチサラダ	キャベツ　ゆで	40		黄ピーマン	10		ブロッコリー（	40					焼き豆腐	40		減塩正油パック	5		人参　皮剥	15
		黄ピーマン	5		食塩	0.2		トマト（皮なし	15	冷奴	木綿豆腐	75		人参　皮剥	10					減塩しょうゆ（	5
		トマト（皮なし	20					ﾉﾝｵｲﾙｻｳｻﾞﾝﾊﾟｯｸ	10		かつお節	0.5		減塩しょうゆ（	5	はるさめ和え	緑豆春雨	2		上白糖	1
		鶏卵	25	サラダ	レタス	10					小葱	1		上白糖	1		人参　皮剥	2		煮干しだし	15
		食塩	0.3		きゅうり（皮な	40	中華風春雨スープ	緑豆春雨	5		減塩正油パック	5		煮干しだし	15		減塩しょうゆ（	2.5			
					はつかだいこん	5		絹ごし豆腐	25										長いもの和え物	なが芋	50
	マッシュポテト	じゃが芋	40		減塩正油パック	5		葱	10	果物	西洋なし（缶詰	40	スパゲティサラダ	スパゲティ　乾	6	果物	もも缶（果肉）	40		きゅうり（皮な	10
		食塩	0.3					中華味	0.5					きゅうり（皮な	20					上白糖	1
				煮物	西洋かぼちゃ（	40		食塩	0.5					減塩しょうゆ（	5					食塩	0.3
					いんげん　ゆで	20															
	スープ	さやえんどう	10		減塩しょうゆ（	5	果物	みかん缶詰（果	40				お浸し	白菜（葉先）	50				みそ汁	凍り豆腐	2
		緑豆春雨	5		上白糖	1								減塩正油パック	5					葱	5
		人参　皮剥	10		煮干しだし	15														淡色辛みそ	10

低残渣食

献立表(週間)

	5月22日(火)		5月23日(水)		5月24日(木)		5月25日(金)		5月26日(土)		5月27日(日)		5月28日(月)	
昼		コンソメ 0.5							果物	パインアップル 40				煮干しだし 150
		食塩 0.5	スープ	玉葱 20										
				チンゲンサイ（ 20									果物	みかん缶詰（果 40
	果物	りんご 缶詰 40		コンソメ 0.5										
				食塩 0.5										
	ジュース	きになる野菜（ 125												
			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	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90
	鶏の西京焼	若鶏もも 皮な 80	おろし煮	まだら・80ｇ（ 80	焼き魚	あかうお・80ｇ 80	野菜炒め	若鶏もも 皮な 60	鶏肉のおろしあん	若鶏もも 皮な 60	魚粕づけ焼	まだら・80ｇ 80	鶏肉ケチャップ煮	若鶏もも 皮な 80
		淡色辛みそ 5		減塩しょうゆ（ 7.5		食塩 0.4		もやし 30		食塩 0.3		食塩 0.4		玉葱 40
		みりん風調味料 2.5		上白糖 3		大根 皮剥 40		キャベツ 30		合成清酒 1		酒かす 3		人参 皮剥 10
		上白糖 0.5		合成清酒 2.5		しそ 1		ピーマン 15		薄力粉 １等 2		みりん風調味料 2.5		食塩 0.2
		大根 皮剥 40		大根 皮剥 80		減塩正油パック 5		人参 皮剥 15		大根 皮剥 50		大根 皮剥 40		ケチャップ 15
		しそ 0.5		ほうれん草 30				玉葱 20		小松菜（葉先） 10		しそ 0.5		ウスターソース 2.5
					ホタテのオイスターソース	ホタテ貝柱 30		菜種油 1		人参 皮剥 10		減塩正油パック 5		豆乳 5
	里芋の煮物	里芋 60	麻婆豆腐	木綿豆腐 50		玉葱 30		成吉思汗たれ 10		葱 5				グリーンアスパ 15
		減塩しょうゆ（ 2.5		鶏ひき肉 10		人参 皮剥 10				減塩しょうゆ（ 5	かにあんかけ	かぶ 皮剥 50		黄ピーマン 10
		上白糖 1		玉葱 40		ピーマン 5	帆立のチリソース	ホタテ貝柱 20		上白糖 1		人参 皮剥 15		
		さやえんどう（ 5		葱 10		中華味 0.5		玉葱 10		みりん風調味料 2.5		かにかま 5	和え物	かぶ 皮剥 50
				減塩しょうゆ（ 2.5		かき油 3		ケチャップ 5		合成清酒 1		食塩 0.2		赤ピーマン 10
	かぶの和え物	かぶ 皮剥（ゆ 60		減塩みそ 2				上白糖 1		片栗粉 1		かつお・昆布だ 20		食塩 0.3
		かぶ 葉（ゆで 8		上白糖 1	きんとん	さつま芋 50		合成清酒 1				片栗粉 1		上白糖 1
		淡口醤油 2.5		合成清酒 2.5		上白糖 3		中華味 0.5	ケチャップ煮	キャベツ（葉先 30				
		みりん風調味料 2		片栗粉 1				片栗粉 1		玉葱 20	和え物	大根 皮剥（ゆ 60	温野菜サラダ	人参 皮剥 8
					湯豆腐	木綿豆腐 50		小葱 2		人参 皮剥 10		減塩しょうゆ（ 5		カリフラワー 50
	清汁	はんぺん 5	ポテトサラダ	じゃが芋 40		葱 10				ホタテ貝柱 30		上白糖 1		減塩しょうゆ（ 2.5
		人参 皮剥 5		食塩 0.3		減塩しょうゆ（ 5	サラダ	グリーンアスパ 10		コンソメ 0.5		みりん風調味料 2.5		
		葱 3		きゅうり（皮な 15				トマト（皮なし 30		ケチャップ 5			スープ	ほうれん草（葉 20
		淡口醤油 5		人参 皮剥 5				レタス（葉先） 30			卵とじ	鶏卵 50		玉葱 10
		食塩 0.2						鶏卵 25	カリフラワー和え物	カリフラワー（ 40		キャベツ 40		コンソメ 0.5
		かつお・昆布だ 150	かき玉汁	鶏卵 20				減塩しょうゆ（ 2.5		人参 皮剥 10		小葱 2		食塩 0.5
				切りみつば 2						淡口醤油 2.5		かつお・昆布だ 15		
				淡口醤油 5			みそ汁	にら 10		上白糖 0.5		減塩しょうゆ（ 2.5		
				食塩 0.2				棒麸 2						
				昆布だし 75				淡色辛みそ 10	みそ汁	木綿豆腐 20	ゼリー	はちみつレモン 60		
				かつおだし 75				煮干しだし 150		葱 3				
										淡色辛みそ 10				
							いももち	じゃが芋 40		煮干しだし 150				
								片栗粉 3						
								上白糖 1						
								減塩しょうゆ（ 2.5						
								上白糖 2.5						
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1726 kcal 蛋白質 66.0 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1703 kcal 蛋白質 70.0 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1693 kcal 蛋白質 67.1 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1635 kcal 蛋白質 69.0 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1693 kcal 蛋白質 68.6 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1696 kcal 蛋白質 70.3 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1646 kcal 蛋白質 71.1 g	
	脂質 17.6 g 炭水化 317.0 g		脂質 20.1 g 炭水化 302.0 g		脂質 16.4 g 炭水化 311.9 g		脂質 16.4 g 炭水化 295.8 g		脂質 19.9 g 炭水化 301.9 g		脂質 15.7 g 炭水化 308.5 g		脂質 19.7 g 炭水化 288.9 g	
	塩分 7.8 g		塩分 7.7 g		塩分 7.0 g		塩分 7.5 g		塩分 7.8 g		塩分 7.9 g		塩分 7.9 g	

低残渣食

献立表(週間)

	5月29日(火)		5月30日(水)		5月31日(木)		6月1日(金)		6月2日(土)		6月3日(日)		6月4日(月)	
朝	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90								
	白菜の軟らか煮	白菜（葉先） 100	野菜炒め煮	キャベツ 80	焼き魚	さけ・60ｇ（骨 60								
		人参　皮剥 10		ピーマン 10		食塩 0.3								
		さやえんどう 6		黄ピーマン 10		しそ 0.5								
		減塩しょうゆ（ 5		人参　皮剥 10										
		上白糖 1		減塩しょうゆ（ 5	大根煮	大根　皮剥 50								
				合成清酒 1		人参　皮剥 10								
	温泉卵	温泉卵 50		みりん風調味料 1		さやいんげん（ 10								
		温泉卵のたれ 4				濃口醤油 5								
			炒り豆腐	木綿豆腐 25		上白糖 1								
	大根の和え物	大根　皮剥（ゆ 30		人参　皮剥 5		煮干しだし 15								
		人参　皮剥（ゆ 5		葱 5										
		しそ 0.3		減塩しょうゆ（ 3	みそ汁	白菜（葉先） 30								
		減塩しょうゆ（ 5		上白糖 1		淡色辛みそ 10								
				みりん風調味料 1		煮干しだし 150								
	みそ汁	豆麸 1		煮干しだし 10										
		小葱 2			浅漬け	きゅうり（皮な 20								
		淡色辛みそ 10	みそ汁	大根　葉 20		食塩 0.2								
		煮干しだし 150		大根　皮剥 10										
				淡色辛みそ 10	ジュース	パイン（濃縮還 200								
	ジュース	パイン（濃縮還 200		煮干しだし 150										
			一夜漬け	なす（皮なし） 30										
				食塩 0.2										
			ジュース	りんご（濃縮還 200										
昼	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90	米飯	精白米 90								
	マカロニグラタン	マカロニ　乾 10	焼き魚と野菜ソテー	そい　70ｇ（骨 70	肉鍋	若鶏もも　皮つ 80								
		若鶏もも　皮な 60		食塩 0.35		玉葱 40								
		玉葱 20		玉葱 40		人参　皮剥 20								
		薄力粉　１等 8		人参　皮剥 10		白菜（葉先） 60								
		豆乳 60		さやえんどう 5		葱 15								
		コンソメ 0.5		減塩しょうゆ（ 5		減塩しょうゆ（ 10								
		食塩 0.3		上白糖 1		上白糖 3								
		パセリ（粉 0.2		みりん風調味料 2.5		煮干しだし 30								
				合成清酒 2.5		みりん風調味料 2								
	千切り野菜サラダ	大根　皮剥（ゆ 40												
		きゅうり（皮な 20	はんぺんみそ和え	はんぺん 30	サラダ	きゅうり（皮な 40								
		ミニトマト（皮 15		葱（ゆで） 10		かにかま 5								
		減塩正油パック 5		淡色辛みそ 5		減塩しょうゆ（ 2.5								
				上白糖 3		上白糖 1								
	スープ	小松菜 30		かつおだし 5										
		木綿豆腐 30			長芋のｵｲｽﾀｰ炒め	なが芋 60								
		コンソメ 0.5	野菜サラダ	ブロッコリー（ 30		大根　葉 10								
		食塩 0.5		人参　皮剥（ゆ 5		合成清酒 2								
				醤油パック　5 5		かき油 2								

低残渣食

献立表(週間)

	5月29日(火)			5月30日(水)			5月31日(木)			6月1日(金)			6月2日(土)			6月3日(日)			6月4日(月)		
昼	果物	もも缶（果肉）	40					食塩	0.2												
				卵豆腐	鶏卵	40															
					煮干しだし	40	ほうれん草の味噌和え	ほうれん草	40												
					食塩	0.4		減塩みそ	2.5												
					小葱	2		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	40												
夕	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90	米飯	精白米	90												
	焼き魚	ほっけ・100ｇ	100	蒸し鶏ネギソース	若鶏もも　皮な	80	蒸し帆立	ホタテ貝柱	90												
		食塩	0.5		減塩しょうゆ（	2.5		ブロッコリー	30												
		サラダ菜	6		合成清酒	2.5		赤ピーマン	10												
		減塩正油パック	5		葱	10		黄ピーマン	10												
					上白糖	2		醤油パック　5	5												
	長芋の煮物	なが芋	50		減塩しょうゆ（	5															
		減塩しょうゆ（	5		合成清酒	3	南瓜のコンソメ煮	かぼちゃ（皮な	60												
		上白糖	1		減塩正油パック	5		玉葱	20												
		煮干しだし	15					コンソメ	0.5												
				炊き合わせ	大根　皮剥	40		食塩	0.2												
	チンゲン菜和え物	チンゲンサイ（	50		人参　皮剥	15															
		減塩しょうゆ（	2.5		減塩しょうゆ（	5	おかか和え	キャベツ（葉先	50												
		上白糖	0.5		上白糖	1		ピーマン	5												
					煮干しだし	15		削り節	0.5												
	みそ汁	木綿豆腐	20		さやえんどう	4		濃口醤油	5												
		葱	5					上白糖	0.5												
		淡色辛みそ	10	ポテトサラダ	じゃが芋	50															
		煮干しだし	150		きゅうり（皮な	10	スープ	チンゲンサイ	30												
					人参　皮剥	5		人参　皮剥	8												
					食塩	0.2		鶏ガラスープ	0.25												
					ミニトマト（皮	15		中華味	0.5												
					サラダ菜	5		食塩	0.5												
				とろろ和え	なが芋	40															
					きゅうり（皮な	20															
					淡口醤油	2.5															
					上白糖	1															
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1652 kcal	蛋白質 68.9 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1643 kcal	蛋白質 66.4 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1669 kcal	蛋白質 72.9 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	蛋白質 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	蛋白質 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	蛋白質 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	蛋白質 g	
	脂質 20.9 g	炭水化 288.0 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 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 7.6 g			塩分 7.6 g			塩分 7.3 g			塩分 g			塩分 g			塩分 g			塩分 g		