

現場：浮間舟渡園  
献立種類：常食

5

献立表

|      | 日<br>25   | 月<br>26   | 火<br>27   | 水<br>28   | 木<br>29   | 金<br>30   | 土<br>31   |
|------|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝食   | 梅美御飯<br>野菜炒め<br>小松菜のお浸し<br>パイ缶<br>牛乳                        | 御飯<br>白菜とはんぺんの炒め煮<br>ピーマンの和え物<br>味噌汁(ほうれん草)<br>洋梨缶          | 御飯<br>とろっと卵<br>青梗菜のゴマ醤油和え<br>味噌汁(なす)<br>フルーツカクテル缶         | 御飯<br>ひき肉じゃが芋煮<br>納豆<br>黄桃缶<br>牛乳                         | 御飯<br>高野豆腐と野菜の煮物<br>白菜ポン酢<br>味噌汁(たまねぎ)<br>白桃缶             | 人参粥<br>冬瓜とエビの煮物<br>きゅうりのゆかり和え<br>洋梨缶<br>牛乳              | 御飯<br>ひじき煮<br>かぶのたらこマヨ和え<br>みかん缶<br>牛乳                      |
| 昼食   | 御飯<br>鶏肉の木の芽味噌焼き<br>カリフラワーの和風サラダ<br>ゆず香り汁<br>バナナ            | ジャムパン<br>スコッチエッグ<br>ブロッコリーのカラフルサラダ<br>白桃缶<br>牛乳             | 青菜御飯<br>ピリ辛豆腐旨煮<br>蓮根甘辛炒め<br>オレンジ<br>牛乳                   | 冷し中華<br>焼き餃子<br>大根とカニの煮物<br>パイ缶                           | 御飯<br>照り焼きハンバーグ<br>いんげんのバター醤油ソテー<br>マンゴー<br>ヨーグルト         | 御飯<br>鱈の和風彩り野菜あんかけ<br>なすの大葉和え<br>味噌汁(豆腐)<br>りんごのコンポート   | 食パン<br>鱈のトマト煮<br>アスパラとコーンのサラダ<br>カレー風味オニオンスープ<br>フルーツカクテル缶  |
| 夕食   | 御飯<br>豚肉カレー炒め<br>炒り豆腐<br>いんげんピーナッツ和え<br>べったら漬け              | 御飯<br>カレーの和風ムニエル<br>きんぴらごぼう<br>海藻サラダ<br>梅風味おかかふりかけ          | 御飯<br>鶏肉の味噌マヨネーズ焼き<br>かぶと水菜のサラダ<br>春菊の煮浸し<br>しば漬け         | 御飯<br>赤魚のきのこあんかけ<br>シーザーサラダ<br>すまし汁(白玉麩)<br>かつば漬け         | 御飯<br>卵とキクラゲのさっぱり炒め<br>里芋と鶏肉の煮物<br>ツナサラダ<br>ゆずみそ          | 御飯<br>薩摩芋と鶏肉の煮物<br>洋野菜の吉野煮<br>もやしナムル<br>のり佃煮            | 御飯<br>豆腐ふくさ焼き<br>筍煮<br>オクラの和風サラダ<br>たくあん漬け                  |
| デザート | くずまんじゅう(ゆず)   | 星たべよ  | ゼリーカクテル   | ベルギーワッフル  | かぼちゃババロア  | 焼きドーナツ豆乳  | 黒糖プリン   |
| 栄養価  | エネルギー 1634kcal 蛋白質 56.7g<br>脂質 31.4g 炭水化物 264.7g<br>食塩 5.7g | エネルギー 1607kcal 蛋白質 54.1g<br>脂質 43.5g 炭水化物 237.7g<br>食塩 5.7g | エネルギー 1626kcal 蛋白質 55.5g<br>脂質 39.7g 炭水化物 249.9g<br>食塩 6g | エネルギー 1603kcal 蛋白質 58.6g<br>脂質 37g 炭水化物 244.3g<br>食塩 6.3g | エネルギー 1623kcal 蛋白質 55.3g<br>脂質 35g 炭水化物 259.7g<br>食塩 5.6g | エネルギー 1630kcal 蛋白質 54.3g<br>脂質 35g 炭水化物 257g<br>食塩 5.9g | エネルギー 1610kcal 蛋白質 55.6g<br>脂質 37.7g 炭水化物 249.5g<br>食塩 6.8g |