

「ムース食」 週間献立表

	7月27日(月)			7月28日(火)			7月29日(水)			7月30日(木)			7月31日(金)		
朝	★全粥240g 肉団子の甘酢煮 昆布の佃煮 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 切干大根と小松菜の煮物 ベーコンのごま酢和え ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏つくねとフキの煮物 菜の花のおひたし ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 温泉玉子 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 金時豆の煮物 若竹煮 ★味噌汁(とろみ)		
	卵乳麦	麦	麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	麦	卵乳麦	麦	麦	麦	麦	
食	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	136kcal	313kcal	エネルギー	89kcal	266kcal	エネルギー	108kcal	285kcal	エネルギー	104kcal	281kcal	エネルギー	95kcal	272kcal
	蛋白質	2.9g	6.6g	蛋白質	2.6g	6.3g	蛋白質	2.6g	6.3g	蛋白質	4.5g	8.2g	蛋白質	4.4g	8.1g
	脂質	6.6g	7.3g	脂質	4.2g	4.9g	脂質	4.7g	5.4g	脂質	5.6g	6.3g	脂質	2.4g	3.1g
	炭水化物	17.2g	55.3g	炭水化物	10.6g	48.7g	炭水化物	13.2g	51.3g	炭水化物	8.6g	46.7g	炭水化物	16.4g	54.5g
	ナトリウム	578mg	1100mg	ナトリウム	460mg	982mg	ナトリウム	565mg	1087mg	ナトリウム	605mg	1127mg	ナトリウム	437mg	959mg
	食塩相当量	1.5g	2.8g	食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	1.4g	2.8g	食塩相当量	1.5g	2.9g	食塩相当量	1.1g	2.4g
昼	★全粥240g 白身の味噌煮 五色煮豆 法蓮草のおひたし ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏の照焼 赤玉南瓜の煮物 きのこきんぴら ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 赤魚の味噌煮 薩摩芋と切昆布の煮物 もやしサラダ ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏肉のカレー風味焼き 牛肉と根菜の煮物 メンマの中華和え ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鮭の照焼 ひじきと高野豆腐の煮物 菜の花の辛子和え ★味噌汁(とろみ)		
	乳麦	卵麦	乳麦	乳麦	麦	乳麦	麦	乳麦	麦	乳麦	麦	乳麦	麦	乳麦	麦
食	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	187kcal	364kcal	エネルギー	205kcal	382kcal	エネルギー	169kcal	346kcal	エネルギー	202kcal	379kcal	エネルギー	165kcal	342kcal
	蛋白質	10.5g	14.2g	蛋白質	8.4g	12.1g	蛋白質	7.7g	11.4g	蛋白質	7.4g	11.1g	蛋白質	9.2g	12.9g
	脂質	7.4g	8.1g	脂質	8.4g	9.1g	脂質	7.1g	7.8g	脂質	10.3g	11.0g	脂質	7.4g	8.1g
	炭水化物	19.6g	57.7g	炭水化物	23.9g	62.0g	炭水化物	18.9g	57.0g	炭水化物	19.8g	57.9g	炭水化物	15.8g	53.9g
	ナトリウム	897mg	1419mg	ナトリウム	777mg	1299mg	ナトリウム	998mg	1520mg	ナトリウム	972mg	1494mg	ナトリウム	818mg	1340mg
	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	2.5g	3.9g	食塩相当量	2.5g	3.8g	食塩相当量	2.1g	3.4g
夕	★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 ひじき煮 大根とベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 白身の竜田揚げ 白花豆煮 ゴボウのピリ辛サラダ ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 豚肉の生姜焼 大根の千切煮 ひじきとベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 白身フライタルタル 大豆大根煮 ハムとブロッコリーのマリネ ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g ナスと鶏肉のしぎ焼き 白菜と麩の玉子とじ 切干大根とベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)		
	乳麦	乳麦	卵乳麦	乳麦	麦	卵乳麦	乳麦	麦	乳麦	麦	卵乳麦	卵乳麦	卵乳麦	乳麦	落卵乳麦
食	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	173kcal	350kcal	エネルギー	227kcal	404kcal	エネルギー	160kcal	337kcal	エネルギー	206kcal	383kcal	エネルギー	199kcal	376kcal
	蛋白質	6.7g	10.4g	蛋白質	7.1g	10.8g	蛋白質	6.5g	10.2g	蛋白質	4.9g	8.6g	蛋白質	6.3g	10.0g
	脂質	9.5g	10.2g	脂質	11.8g	12.5g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	12.6g	13.3g	脂質	11.7g	12.4g
	炭水化物	15.9g	54.0g	炭水化物	24.0g	62.1g	炭水化物	16.8g	54.9g	炭水化物	18.7g	56.8g	炭水化物	17.2g	55.3g
	ナトリウム	732mg	1254mg	ナトリウム	622mg	1144mg	ナトリウム	745mg	1267mg	ナトリウム	849mg	1371mg	ナトリウム	819mg	1341mg
	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.1g	3.4g
合計	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	496kcal	1027kcal	エネルギー	521kcal	1052kcal	エネルギー	437kcal	968kcal	エネルギー	512kcal	1043kcal	エネルギー	459kcal	990kcal
	蛋白質	20.1g	31.2g	蛋白質	18.1g	29.2g	蛋白質	16.8g	27.9g	蛋白質	16.8g	27.9g	蛋白質	19.9g	31.0g
	脂質	23.5g	25.6g	脂質	24.4g	26.5g	脂質	19.2g	21.3g	脂質	28.5g	30.6g	脂質	21.5g	23.6g
	炭水化物	52.7g	167.0g	炭水化物	58.5g	172.8g	炭水化物	48.9g	163.2g	炭水化物	47.1g	161.4g	炭水化物	49.4g	163.7g
	ナトリウム	2207mg	3773mg	ナトリウム	1859mg	3425mg	ナトリウム	2308mg	3874mg	ナトリウム	2426mg	3992mg	ナトリウム	2074mg	3640mg
	食塩相当量	5.7g	9.6g	食塩相当量	4.8g	8.7g	食塩相当量	5.8g	9.9g	食塩相当量	6.2g	10.2g	食塩相当量	5.3g	9.2g