週間献立表

ハートフル瀬谷　　透析①　　2023年1月29日(日)～2023年２月４日（土）

	1月29日(日)	1月30日(月)	1月31日(火)	2月1日(水)	2月2日(木)	2月3日(金)	2月4日(土)
朝食	御飯又はパン さつま揚の甘辛煮 きのこのおろし和え 海苔の佃煮 ヤクルト	御飯又はパン えびと野菜のソテー 大根の柚子風味和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ（ﾅﾎﾟﾘﾀﾝ） アスパラサラダ フルーツ（黄桃缶） ヤクルト	御飯又はパン かにかまの炒り卵 白菜のゆかり和え のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 クリームシチュー カリフラワーサラダ フルーツ（みかん缶） ヤクルト	御飯又はパン 肉団子の煮物 スナップエンドウのごま和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン ウインナーと野菜の炒め物 菜の花のからし和え ふりかけ ヤクルト
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:418kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:11.2g 脂質 :4.3g 炭水化:81.0g 食塩相:1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:400kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:10.9g 脂質 :4.4g 炭水化:75.6g 食塩相:1.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:469kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:15.8g 脂質 :7.7g 炭水化:83.6g 食塩相:2.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:465kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:15.0g 脂質 :9.1g 炭水化:76.7g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:526kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.3g 脂質 :17.7g 炭水化:74.7g 食塩相:2.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:503kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:13.4g 脂質 :9.6g 炭水化:89.0g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:421kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:11.8g 脂質 :6.4g 炭水化:77.2g 食塩相:1.6g
昼食	御飯 枝豆豆腐 鯖の幽庵焼 小松菜の煮浸し たまごサラダ	チキンカレー コンソメ煮 ブロッコリーのマリネ	御飯 フルーツ（みかん缶） ホキのﾑﾆｴﾙ　ﾊﾞﾀｰ醤油 ウインナーとほうれん草のソテー ゴマドレサラダ	御飯 餃子 油淋鶏 ビーフンのソテー もやしの中華風和え物	【節分】 太巻き寿司 清し汁 いわしつみれの煮物 みつ豆	御飯 南瓜のサラダ ささみロールカツ ブロッコリーのソテー フルーツ（洋梨缶）	御飯 なすの味噌煮 鰆のみりん醤油漬焼き れんこんの五目煮 ポテトサラダ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:623kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:22.3g 脂質 :26.9g 炭水化:67.3g 食塩相:1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:581kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.0g 脂質 :19.7g 炭水化:79.1g 食塩相:2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:476kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.0g 脂質 :9.8g 炭水化:74.1g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:658kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.7g 脂質 :21.9g 炭水化:89.4g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:227kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:8.0g 脂質 :2.8g 炭水化:41.9g 食塩相:2.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:550kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:13.8g 脂質 :14.5g 炭水化:88.2g 食塩相:1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:522kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.9g 脂質 :13.2g 炭水化:81.9g 食塩相:2.1g
夕食	御飯 いんげんのかにかま和え 鶏肉と野菜の甘酢がらめ かぶとあさりの含め煮 ツナサラダ	御飯 がんもの煮物 鮭の照り焼き 大根金平 菜の花のお浸し	御飯 さくら漬け 豚肉のおろし煮 白滝の真砂炒め 磯納豆	御飯 煮豆 カレイの煮付け れんこんの炒め物 長芋の梅肉和え	御飯 煮奴 豚肉の塩だれ炒め さつま芋の甘煮 ほうれん草のおかか和え	御飯 つぼ漬け ホッケの塩焼 竹輪と里芋の煮物 ｱｽﾊﾟﾗとツナのサラダ	御飯 ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのﾏﾖﾈｰｽﾞ和え 蒸し野菜と豚肉の胡麻だれ 南瓜のそぼろ煮 胡瓜の塩昆布和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:553kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:23.3g 脂質 :16.3g 炭水化:75.5g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:456kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:23.3g 脂質 :7.2g 炭水化:71.3g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:551kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:22.0g 脂質 :18.8g 炭水化:69.4g 食塩相:2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:503kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:22.4g 脂質 :2.8g 炭水化:93.9g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:554kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.4g 脂質 :11.7g 炭水化:88.0g 食塩相:1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:450kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.5g 脂質 :6.7g 炭水化:73.1g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:555kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:22.0g 脂質 :15.9g 炭水化:77.7g 食塩相:1.6g
おやつ	みそパイ	ミニエクレア	あんまん	マドレーヌ	ピーチゼリー	たまごケーキ	シュークリーム
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:94kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.4g 脂質 :3.8g 炭水化:13.5g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:89kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.5g 脂質 :6.6g 炭水化:6.2g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:66kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.5g 脂質 :0.3g 炭水化:14.2g 食塩相:0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:166kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:2.0g 脂質 :9.2g 炭水化:18.5g 食塩相:0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:58kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.1g 脂質 :0.8g 炭水化:12.6g 食塩相:0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:86kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.7g 脂質 :2.9g 炭水化:13.4g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:66kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.7g 脂質 :3.3g 炭水化:7.4g 食塩相:0.1g
日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1688kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:58.2g 脂質 :51.3g 炭水化:237.3g 食塩相:4.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1526kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:54.7g 脂質 :37.9g 炭水化:232.2g 食塩相:5.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1562kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.3g 脂質 :36.6g 炭水化:241.3g 食塩相:6.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1792kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:60.1g 脂質 :43.0g 炭水化:278.5g 食塩相:5.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1365kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:44.8g 脂質 :33.0g 炭水化:217.2g 食塩相:5.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1589kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:49.4g 脂質 :33.7g 炭水化:263.7g 食塩相:5.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1564kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:52.4g 脂質 :38.8g 炭水化:244.2g 食塩相:5.4g

週間献立表

ハートフル瀬谷　　透析②　　2023年2月5日(日)～2023年2月11日（土）

	2月5日(日)	2月6日(月)	2月7日(火)	2月8日(水)	2月9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)
朝食	御飯又はパン にらの卵とじ チーズサラダ 梅びしお ヤクルト	御飯又はパン じゃがいものそぼろ煮 小松菜の生姜和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 デミグラスソースオムレツ マカロニサラダ フルーツ（パイン缶） ヤクルト	御飯又はパン 海老団子のコンソメ煮 青菜のお浸し かつおみそ ヤクルト	御飯又はパン がんもの煮物 納豆とオクラの和え物 ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 菜の花のぬた和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 スクランブルエッグ 花野菜のサラダ フルーツ（黄桃缶） ヤクルト
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:485kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:15.9g 脂質 :11.5g 炭水化:75.8g 食塩相:1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:439kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:11.3g 脂質 :5.2g 炭水化:84.1g 食塩相:1.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:533kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:13.4g 脂質 :17.2g 炭水化:80.2g 食塩相:1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:410kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:10.4g 脂質 :4.5g 炭水化:78.7g 食塩相:1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:464kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.0g 脂質 :7.9g 炭水化:80.1g 食塩相:1.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:482kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.6g 脂質 :8.6g 炭水化:80.7g 食塩相:1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:485kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:14.8g 脂質 :13.7g 炭水化:75.8g 食塩相:1.7g
昼食	御飯 ひじきと蓮根のサラダ 豆腐の肉味噌がけ なすの煮浸し 小松菜の胡桃和え	御飯 〇かにかま玉子巻 豚肉のバーベキュー炒め さつま揚げの煮物 キャベツのドレッシング和え	御飯 里芋の煮物 鶏肉と長葱の柚子胡椒焼き 蓮根のピリ辛炒め いんげんの黒ごま和え	御飯 もやしのポン酢和え さばのねぎ味噌焼き じゃがバター炒め キャベツのゴマドレサラダ	御飯 青のりポテト チキンソテーｵﾆｵﾝｿｰｽ ｱｽﾊﾟﾗと海老の炒め物 レタスサラダ	御飯 ピーマンの炒め物 あじの蒲焼 鶏そぼろと春雨の炒め煮 ツナサラダ	御飯 うの花 照り焼きハンバーグ さつま芋の甘煮 おろし和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:576kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.3g 脂質 :19.3g 炭水化:78.1g 食塩相:2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:590kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:24.6g 脂質 :17.0g 炭水化:83.5g 食塩相:2.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:537kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:18.4g 脂質 :13.4g 炭水化:82.3g 食塩相:2.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:603kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.3g 脂質 :22.0g 炭水化:77.1g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:497kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.3g 脂質 :12.8g 炭水化:72.4g 食塩相:1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:572kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:24.6g 脂質 :15.1g 炭水化:79.6g 食塩相:1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:508kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:15.2g 脂質 :12.7g 炭水化:80.9g 食塩相:2.3g
夕食	御飯 フルーツ（みかん缶） 鮭のバター醤油焼き ほうれん草とｺｰﾝのソテー レタスサラダ	御飯 金時煮豆 さわらの生姜煮 さつま芋金平 大根の和風サラダ	御飯 南瓜サラダ すき焼き風煮 ブロッコリーの香り炒め おくらの海苔和え	御飯 ザーサイ 麻婆茄子 かに焼売 蒸し鶏中華サラダ	御飯 冷奴 白身魚フライ 南瓜のいとこ煮 しらす和え	御飯 春菊のお浸し 豚肉の香味ソースがけ 金平ごぼう 白菜の柚子和え	御飯 〇マカロニサラダ 牛皿 なすのおかか煮 胡瓜の浅漬け
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:482kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:22.8g 脂質 :9.7g 炭水化:71.9g 食塩相:1.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:565kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:21.5g 脂質 :8.3g 炭水化:96.9g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:567kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:21.7g 脂質 :17.6g 炭水化:77.8g 食塩相:1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:570kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:14.3g 脂質 :21.8g 炭水化:75.4g 食塩相:2.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:554kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.6g 脂質 :12.5g 炭水化:91.3g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:556kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.9g 脂質 :16.6g 炭水化:78.3g 食塩相:1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:580kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:17.1g 脂質 :20.3g 炭水化:77.9g 食塩相:2.0g
おやつ	青りんごゼリー	ワッフル	黒糖まんじゅう	プリン	おせんべい	【手作りおやつ】 チョコチップカップケーキ	ロールケーキ（ｺｰﾋｰ）
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:58kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.1g 脂質 :0.8g 炭水化:12.6g 食塩相:0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:82kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.5g 脂質 :4.3g 炭水化:9.3g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:66kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.3g 脂質 :0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:54kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.7g 脂質 :0.8g 炭水化:11.1g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:75kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.8g 脂質 :2.7g 炭水化:11.9g 食塩相:0.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:180kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:3.6g 脂質 :9.1g 炭水化:20.4g 食塩相:0.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:93kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.2g 脂質 :3.2g 炭水化:14.8g 食塩相:0.1g
日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1601kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.1g 脂質 :41.3g 炭水化:238.4g 食塩相:5.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1676kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:58.9g 脂質 :34.8g 炭水化:273.8g 食塩相:5.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1703kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:54.8g 脂質 :48.3g 炭水化:255.2g 食塩相:5.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1637kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:44.7g 脂質 :49.1g 炭水化:242.3g 食塩相:5.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1590kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:52.7g 脂質 :35.9g 炭水化:255.7g 食塩相:5.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1790kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:64.7g 脂質 :49.4g 炭水化:259.0g 食塩相:5.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1666kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:48.3g 脂質 :49.9g 炭水化:249.4g 食塩相:6.2g

週間献立表

ハートフル瀬谷　　透析③　　2023年2月12日(日)～2023年2月18日（土）

	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)
朝食	御飯又はパン 厚揚げと里芋の煮物 蒸し鶏の梅和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 高野豆腐の含め煮 ほうれん草のわさび和え 梅びしお ヤクルト	御飯又はパン 厚焼き玉子 千草和え のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ（ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽ） フレンチサラダ フルーツ（みかん缶） ヤクルト	御飯又はパン 信田巻きの含め煮 小松菜の塩昆布和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン ウインナーソテー 白菜の和風マヨ和え かつおみそ ヤクルト	パン又は御飯 鶏肉のトマト煮 キャロットラペ フルーツ（洋梨缶） ヤクルト
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:448kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:13.4g 脂質 :5.6g 炭水化:83.0g 食塩相:1.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:419kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:12.7g 脂質 :4.5g 炭水化:78.9g 食塩相:1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:489kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:12.8g 脂質 :8.7g 炭水化:87.0g 食塩相:1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:474kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.6g 脂質 :10.7g 炭水化:77.9g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:427kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:12.6g 脂質 :6.0g 炭水化:78.0g 食塩相:1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:476kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:10.5g 脂質 :12.6g 炭水化:77.6g 食塩相:1.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:517kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:18.8g 脂質 :14.5g 炭水化:78.1g 食塩相:1.9g
昼食	御飯 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのかにあんかけ 回鍋肉 焼餃子 春雨サラダ	御飯 白菜のゆかり和え ホッケの七味焼き 冬瓜の煮物 菜の花のお浸し	御飯 いんげんの胡麻酢和え 豚肉のにんにく醤油炒め 里芋とこんにゃくの煮物 切干大根の和風サラダ	御飯 白菜のおかか和え 牛肉のおろし煮 もやしと桜エビの炒め物 春菊のゆず味噌和え	御飯 菜の花のドレッシング和え さわらの竜田揚げ 豆腐の野菜あんかけ オクラのおかか和え	【郷土料理：石川県】 御飯 さつまいものめった汁 治部煮 友禅和え 抹茶ババロア	御飯 スパゲティサラダ 赤魚の味噌焼き なすのそぼろ炒め チンゲン菜の中華和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:651kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:24.7g 脂質 :19.6g 炭水化:89.4g 食塩相:2.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:422kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.4g 脂質 :5.3g 炭水化:70.4g 食塩相:1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:533kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.8g 脂質 :12.6g 炭水化:81.8g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:455kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:18.4g 脂質 :8.2g 炭水化:74.4g 食塩相:1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:553kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:23.3g 脂質 :17.0g 炭水化:72.3g 食塩相:1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:672kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:26.6g 脂質 :18.6g 炭水化:93.7g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:582kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.6g 脂質 :20.9g 炭水化:73.7g 食塩相:1.7g
夕食	御飯 タラモサラダ 鱈のきのこあんかけ 小松菜の煮浸し フルーツ（みかん缶）	御飯 茶福豆 鶏肉の粗挽きマスタード焼 大豆とひじきの煮物 トマトと玉ねぎのｻﾗﾀﾞ	御飯 煮豆 鮭のバジルオイル焼き 海老マヨソテー フルーツ（パイン缶）	御飯 しその実漬け ホキの山椒焼 切り昆布の煮付け かぼちゃサラダ	御飯 卵豆腐 酢鶏 いんげんのソテー チンゲン菜のナムル	御飯 もやしのソテー 豚肉のカレー風味炒め 根菜の煮物 白和え	御飯 つぼ漬け 和風おろし豆腐ハンバーグ 五目金平 カリフラワーのサラダ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:474kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.4g 脂質 :7.5g 炭水化:79.1g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:579kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.7g 脂質 :20.7g 炭水化:75.5g 食塩相:1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:589kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:25.2g 脂質 :14.0g 炭水化:86.4g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:538kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:23.8g 脂質 :14.7g 炭水化:75.9g 食塩相:2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:576kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:21.1g 脂質 :20.3g 炭水化:72.0g 食塩相:1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:544kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:21.3g 脂質 :15.8g 炭水化:75.7g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:456kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:15.4g 脂質 :7.4g 炭水化:79.4g 食塩相:2.0g
おやつ	たい焼き	パインムース	レモンケーキ	厚切りチョコバウム	おせんべい	みそパイ饅頭	水ようかん
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:68kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.5g 脂質 :0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:60kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.3g 脂質 :1.3g 炭水化:12.2g 食塩相:0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:85kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.8g 脂質 :2.5g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:97kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.7g 脂質 :4.2g 炭水化:13.0g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:69kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.4g 脂質 :4.5g 炭水化:6.8g 食塩相:0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:94kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.4g 脂質 :3.8g 炭水化:13.5g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:51kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.8g 脂質 :0.0g 炭水化:12.0g 食塩相:0.0g
日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1641kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.0g 脂質 :33.2g 炭水化:265.8g 食塩相:6.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1480kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:55.1g 脂質 :31.8g 炭水化:237.0g 食塩相:5.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1696kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.6g 脂質 :37.8g 炭水化:269.1g 食塩相:4.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1564kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:60.5g 脂質 :37.8g 炭水化:241.2g 食塩相:6.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1625kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:57.4g 脂質 :47.8g 炭水化:229.1g 食塩相:4.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1786kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.8g 脂質 :50.8g 炭水化:260.5g 食塩相:5.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1606kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:55.6g 脂質 :42.8g 炭水化:243.2g 食塩相:5.6g

週間献立表

ハートフル瀬谷　　透析④　　2023年2月19日(日)～2023年2月25日（土）

	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)	2月24日(金)	2月25日(土)
朝食	御飯又はパン お魚ボールの煮物 さつま芋サラダ ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 目玉焼き ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのサラダ のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 野菜炒め 白菜の浅漬け ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 はんぺんチーズ焼 野菜のマリネ フルーツ（パイン缶） ヤクルト	御飯又はパン ツナの炒り卵 ポパイサラダ ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン ちくわの炒め煮 白菜のなめ茸和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 海老と野菜の塩炒め コーンサラダ フルーツ（洋梨缶） ヤクルト
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:508kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:11.9g 脂質 :9.8g 炭水化:90.3g 食塩相:1.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:409kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:9.5g 脂質 :4.6g 炭水化:80.9g 食塩相:1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:416kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:10.9g 脂質 :6.8g 炭水化:74.8g 食塩相:0.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:473kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:12.3g 脂質 :8.8g 炭水化:84.3g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:513kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:18.5g 脂質 :13.5g 炭水化:75.8g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:411kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:10.6g 脂質 :3.9g 炭水化:80.9g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:473kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:14.2g 脂質 :17.3g 炭水化:64.9g 食塩相:1.8g
昼食	御飯 里芋のごま和え 豚キムチ風炒め 春雨ソテー わかめサラダ	とろろそば 筑前煮 大根サラダ	御飯 きのこソテー ホッケの七味焼き じゃがいもの煮物 かに風味サラダ	御飯 がんもの煮物 鶏肉のごま照り焼 さつま芋のレーズン煮 かぶの和え物	炊き込み御飯 厚焼卵 豚肉の焼肉炒め 切干大根の煮物 胡瓜の塩だれ和え	カレーライス 白菜のコンソメ煮 フルーツヨーグルト	御飯 煮奴 鶏肉のおろしポン酢 れんこんの真砂炒め たまごサラダ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:579kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:21.2g 脂質 :15.8g 炭水化:84.3g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:462kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.3g 脂質 :8.4g 炭水化:73.6g 食塩相:1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:440kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.8g 脂質 :5.4g 炭水化:75.8g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:538kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:18.4g 脂質 :12.6g 炭水化:83.3g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:665kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:25.6g 脂質 :25.7g 炭水化:79.5g 食塩相:2.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:575kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:17.8g 脂質 :17.6g 炭水化:83.2g 食塩相:1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:561kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.0g 脂質 :18.3g 炭水化:75.1g 食塩相:2.1g
夕食	御飯 小松菜のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え あじの利休焼き ちくわの煮物 野菜サラダ	御飯 パンプキンサラダ 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 厚揚げの煮物 磯納豆	御飯 ツナサラダ メンチカツ なすの田楽 長芋とおくらの梅おかか和え	御飯 青かっぱ 魚のムニエル　ﾊﾞﾀｰ醤油 マカロニカレーソテー ｱｽﾊﾟｳと海老のサラダ	御飯 煮豆(うぐいす豆) 豆腐野菜あんかけ れんこんの甘辛煮 大根のしその実和え	御飯 じゃがいもの炒め煮 ホキのマヨコーン焼き 里芋の煮物 わかめとイカ酢の物	御飯 野沢菜漬け さばの味噌煮 炊き合わせ いんげんのツナ和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:441kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.9g 脂質 :6.3g 炭水化:71.1g 食塩相:1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:650kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:25.1g 脂質 :27.2g 炭水化:72.3g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:606kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.2g 脂質 :20.5g 炭水化:86.5g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:477kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:21.3g 脂質 :7.6g 炭水化:76.1g 食塩相:1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:595kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:19.3g 脂質 :12.2g 炭水化:98.1g 食塩相:1.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:552kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.8g 脂質 :13.4g 炭水化:83.7g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:659kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:25.0g 脂質 :28.1g 炭水化:70.9g 食塩相:1.8g
おやつ	ミルクケーキ	今川焼き(ｶｽﾀｰﾄﾞ)	いちごムース	抹茶パンケーキ	もみじまんじゅう	ピーチゼリー	カステラドーナツ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:83kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.7g 脂質 :2.7g 炭水化:12.9g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:91kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.6g 脂質 :3.2g 炭水化:14.0g 食塩相:0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:81kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.5g 脂質 :4.6g 炭水化:9.9g 食塩相:0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:56kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.0g 脂質 :2.1g 炭水化:8.2g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:108kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:2.3g 脂質 :1.5g 炭水化:21.9g 食塩相:0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:39kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.0g 脂質 :0.0g 炭水化:9.7g 食塩相:0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:92kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.7g 脂質 :3.2g 炭水化:14.1g 食塩相:0.1g
日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1611kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:55.7g 脂質 :34.6g 炭水化:258.6g 食塩相:5.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1612kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:56.5g 脂質 :43.4g 炭水化:240.8g 食塩相:5.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1543kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:47.4g 脂質 :37.3g 炭水化:247.0g 食塩相:4.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1544kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:53.0g 脂質 :31.1g 炭水化:251.9g 食塩相:5.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1881kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:65.7g 脂質 :52.9g 炭水化:275.3g 食塩相:5.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1577kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:49.2g 脂質 :34.9g 炭水化:257.5g 食塩相:5.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1785kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:60.9g 脂質 :66.9g 炭水化:225.0g 食塩相:5.7g

週間献立表

ハートフル瀬谷　　透析⑤　　2023年2月26日(日)～2023年2月28日（火）

	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)				
朝食	御飯又はパン 肉団子の和風あんかけ かぶの甘酢生姜和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 大根のそぼろ煮 菜の花の辛子マヨネーズ和え かつおみそ ヤクルト	パン又は御飯 ラタトゥイユ コールスローサラダ フルーツ（黄桃缶） ヤクルト				
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:498kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:12.1g 脂質 :9.4g 炭水化:88.5g 食塩相:1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:467kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:12.2g 脂質 :10.5g 炭水化:79.2g 食塩相:0.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:476kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:14.4g 脂質 :11.8g 炭水化:77.7g 食塩相:1.6g				
昼食	【お誕生日セレクト】 Ａ中華丼　Ｂ親子丼 中華スープ 焼売 小松菜のナムル	御飯 フルーツ（白桃缶） サーモンフライ ほうれん草とﾍﾞｰｺﾝのソテー トマトサラダ	御飯 もやしの中華炒め 豚肉の韓国風生姜焼 じゃがいもの中華煮 ごぼうサラダ				
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:567kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:24.0g 脂質 :17.4g 炭水化:74.9g 食塩相:2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:513kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:16.7g 脂質 :12.0g 炭水化:82.8g 食塩相:1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:594kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:22.2g 脂質 :16.6g 炭水化:84.7g 食塩相:2.4g				
夕食	御飯 ほうれん草の胡麻和え メバルの塩麹焼 ピーマンと竹輪の炒め物 オニオンサラダ	御飯 つぼ漬け 豚肉の塩ダレ炒め 焼き豆腐の煮つけ キャベツの生姜和え	御飯 いんげんのマヨネーズ和え 鮭の菜種焼き 白菜の信田煮 蒸し鶏のサラダ				
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:457kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.0g 脂質 :7.5g 炭水化:74.8g 食塩相:2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:504kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:20.3g 脂質 :12.3g 炭水化:74.3g 食塩相:2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:514kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:28.5g 脂質 :11.8g 炭水化:71.1g 食塩相:1.8g				
おやつ	お誕生日ケーキ	ﾊﾟｳﾝﾄﾞｹｰｷ(ｻﾂﾏｲﾓとﾘﾝｺﾞ)	人形焼				
	ｴﾈﾙｷﾞｰ:84kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:1.8g 脂質 :5.0g 炭水化:7.8g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:77kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:0.9g 脂質 :3.9g 炭水化:9.6g 食塩相:0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:111kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:2.1g 脂質 :2.6g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g				
日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1606kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:57.9g 脂質 :39.3g 炭水化:246.0g 食塩相:5.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1561kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:50.1g 脂質 :38.7g 炭水化:245.9g 食塩相:4.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1695kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:67.2g 脂質 :42.8g 炭水化:253.4g 食塩相:5.9g				