

週間献立表



ハートフル瀬谷

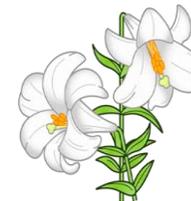
透析①

2023年4月30日(日)~2023年5月6日(土)

	4月30日(日)	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	5月5日(金)	5月6日(土)
朝食	御飯又はパン ツナと野菜のカレー炒め もやしの和え物 ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 大根とちくわの煮物 白菜のゆかり和え のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 デミグラスソースオムレツ 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 肉団子とかぶの煮物 ほうれん草のお浸し 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	御飯又はパン がんもの煮物 チンゲン菜のナムル ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 チキンクリームシチュー 野菜サラダ フルーツ(パイン缶) ヤクルト
	エネルギー:409kcal タンパク:10.5g 脂質:6.7g 炭水化:75.0g 食塩相:1.1g	エネルギー:388kcal タンパク:9.2g 脂質:1.3g 炭水化:82.4g 食塩相:1.7g	エネルギー:494kcal タンパク:13.4g 脂質:18.8g 炭水化:67.4g 食塩相:1.8g	エネルギー:432kcal タンパク:11.1g 脂質:3.9g 炭水化:84.7g 食塩相:1.7g	エネルギー:414kcal タンパク:11.3g 脂質:5.4g 炭水化:78.3g 食塩相:1.6g	エネルギー:418kcal タンパク:11.3g 脂質:6.4g 炭水化:76.1g 食塩相:1.0g	エネルギー:519kcal タンパク:18.8g 脂質:12.7g 炭水化:81.6g 食塩相:1.7g
昼食	御飯 フルーツ(黄桃缶) 鶏肉のクリームソース バター醤油炒め 野菜マリネ	御飯 ポテトサラダ カレーの煮付け れんこんの炒め物 おくらの梅肉和え	御飯 里芋の煮物 鶏肉の香味ソースかけ ビーフンのカレー炒め もやしのゴマドレ和え	御飯 胡瓜の酢の物 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 マカロニサラダ ホッケの塩焼 南瓜のそぼろ煮 胡瓜の塩昆布和え	【こどもの日】 チキンライス コンソメスープ ハンバーグ&海老フライ チーズサラダ みかんゼリー	御飯 キャベツのマヨネーズ和え さわらの生姜煮 蓮根のピリ辛炒め オクラのおかか和え
	エネルギー:526kcal タンパク:21.3g 脂質:12.3g 炭水化:79.7g 食塩相:1.5g	エネルギー:506kcal タンパク:23.7g 脂質:7.2g 炭水化:83.9g 食塩相:2.3g	エネルギー:602kcal タンパク:20.8g 脂質:17.5g 炭水化:84.0g 食塩相:1.8g	エネルギー:533kcal タンパク:14.5g 脂質:13.0g 炭水化:87.6g 食塩相:1.7g	エネルギー:555kcal タンパク:22.8g 脂質:13.3g 炭水化:82.1g 食塩相:2.2g	エネルギー:664kcal タンパク:24.0g 脂質:20.3g 炭水化:93.7g 食塩相:2.9g	エネルギー:510kcal タンパク:20.6g 脂質:12.2g 炭水化:76.7g 食塩相:1.6g
夕食	御飯 つぼ漬け 鮭のマッシュポテト焼き 厚揚げの煮物 豆腐サラダ	御飯 ブロッコリーの煮浸し 豚肉の味噌炒め さつま芋の甘煮 ほうれん草のおかか和え	御飯 金時煮豆 鯖の柚子胡椒焼き 大豆と野菜の煮物 青菜の生姜和え	御飯 さくら漬け 豆腐の肉味噌がけ 筍の山椒煮 いんげんの胡桃和え	御飯 茶福豆 蒸し野菜と豚肉の胡麻だれ 白菜の炒め煮 ツナポテトサラダ	御飯 大根のゆず和え 魚のバター醤油焼き ほうれん草のソテー レタスサラダ	御飯 しば漬け 豚肉の焼き肉風炒め 大根とさつま揚げの煮物 ドレッシング和え
	エネルギー:569kcal タンパク:25.0g 脂質:14.8g 炭水化:79.5g 食塩相:2.1g	エネルギー:589kcal タンパク:22.7g 脂質:13.7g 炭水化:91.4g 食塩相:1.9g	エネルギー:630kcal タンパク:22.1g 脂質:20.2g 炭水化:85.4g 食塩相:1.8g	エネルギー:550kcal タンパク:24.7g 脂質:13.7g 炭水化:79.2g 食塩相:1.8g	エネルギー:637kcal タンパク:23.1g 脂質:20.1g 炭水化:88.2g 食塩相:1.6g	エネルギー:420kcal タンパク:17.8g 脂質:6.4g 炭水化:69.5g 食塩相:1.9g	エネルギー:483kcal タンパク:20.6g 脂質:11.3g 炭水化:71.4g 食塩相:1.9g
おやつ	ベルギーワッフル	もみじまんじゅう	ピーチゼリー	ロールケーキ	プリン	チーズ蒸しケーキ	ミニエクレア
	エネルギー:82kcal タンパク:1.5g 脂質:4.3g 炭水化:9.3g 食塩相:0.1g	エネルギー:108kcal タンパク:2.3g 脂質:1.5g 炭水化:21.9g 食塩相:0.0g	エネルギー:47kcal タンパク:0.0g 脂質:0.0g 炭水化:11.8g 食塩相:0.0g	エネルギー:82kcal タンパク:1.2g 脂質:4.1g 炭水化:10.1g 食塩相:0.1g	エネルギー:46kcal タンパク:0.6g 脂質:0.7g 炭水化:9.5g 食塩相:0.0g	エネルギー:127kcal タンパク:2.4g 脂質:4.6g 炭水化:19.0g 食塩相:0.0g	エネルギー:89kcal タンパク:1.5g 脂質:6.6g 炭水化:6.2g 食塩相:0.1g
日計	エネルギー:1586kcal タンパク:58.3g 脂質:38.1g 炭水化:243.5g 食塩相:4.8g	エネルギー:1591kcal タンパク:57.9g 脂質:23.7g 炭水化:279.6g 食塩相:5.9g	エネルギー:1773kcal タンパク:56.3g 脂質:56.5g 炭水化:248.6g 食塩相:5.4g	エネルギー:1597kcal タンパク:51.5g 脂質:34.7g 炭水化:261.6g 食塩相:5.3g	エネルギー:1652kcal タンパク:57.8g 脂質:39.5g 炭水化:258.1g 食塩相:5.4g	エネルギー:1629kcal タンパク:55.5g 脂質:37.7g 炭水化:258.3g 食塩相:5.9g	エネルギー:1601kcal タンパク:61.5g 脂質:42.8g 炭水化:235.9g 食塩相:5.4g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析②

2023年5月7日(日)~2023年5月13日(土)

	5月7日(日)	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)
朝食	御飯又はパン 厚揚げのそぼろ煮 いんげんのごま和え 梅びしお 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 のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 魚河岸揚げの煮物 納豆とオクラの和え物 ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 白菜と海老の中華炒め ツナサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 高野豆腐の煮物 酢味噌和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 もやしと蒸し鶏の梅和え たいみそ ヤクルト	パン又は御飯 白菜のコンソメソテー パンプキンサラダ フルーツ缶(カクテル缶) ヤクルト
	エネルギー:445kcal タンパク:13.2g 脂質:6.1g 炭水化:81.4g 食塩相:1.6g	エネルギー:409kcal タンパク:9.9g 脂質:4.2g 炭水化:79.8g 食塩相:1.5g	エネルギー:507kcal タンパク:15.8g 脂質:11.3g 炭水化:81.6g 食塩相:1.5g	エネルギー:422kcal タンパク:15.8g 脂質:7.7g 炭水化:72.1g 食塩相:1.7g	エネルギー:410kcal タンパク:11.3g 脂質:3.7g 炭水化:80.3g 食塩相:1.4g	エネルギー:478kcal タンパク:16.9g 脂質:8.5g 炭水化:79.8g 食塩相:1.4g	エネルギー:529kcal タンパク:10.8g 脂質:23.3g 炭水化:68.8g 食塩相:1.7g
昼食	御飯 ほうれん草の煮浸し 鶏肉の柚子胡椒焼き さつま芋金平 和風サラダ	御飯 中華炒め 麻婆茄子 かに焼売 蒸し鶏の中華サラダ	御飯 きのこソテー 白身魚フライタルタルソース 大根金平 しらす和え	御飯 もやしのソテー 牛皿 なすのおかか煮 ほうれん草のわさび和え	【イベント】 たけのこ御飯 清し汁 天ぷら 白和え メロン	御飯 春菊のお浸し 鱈の野菜あんかけ じゃが芋のカレー炒め フルーツ(みかん缶)	御飯 青のりポテト 鶏肉の粗挽きマスタード焼 大豆とひじきの煮物 トマトと玉ねぎの炒め
	エネルギー:557kcal タンパク:20.3g 脂質:13.3g 炭水化:84.2g 食塩相:2.3g	エネルギー:573kcal タンパク:18.4g 脂質:20.3g 炭水化:76.5g 食塩相:2.3g	エネルギー:506kcal タンパク:14.3g 脂質:14.3g 炭水化:79.3g 食塩相:1.9g	エネルギー:585kcal タンパク:19.4g 脂質:22.8g 炭水化:71.2g 食塩相:1.7g	エネルギー:547kcal タンパク:19.3g 脂質:15.0g 炭水化:80.1g 食塩相:2.0g	エネルギー:473kcal タンパク:19.6g 脂質:6.6g 炭水化:80.9g 食塩相:1.2g	エネルギー:605kcal タンパク:22.7g 脂質:22.4g 炭水化:75.9g 食塩相:1.7g
夕食	御飯 南瓜のバター炒め 肉豆腐 ブロッコリーの香り炒め 白菜ののり和え	御飯 青かっぱ あじの蒲焼 里芋の煮物 豆サラダ	御飯 フルーツ缶(カクテル缶) チキンソテー+オソース じゃがバター炒め マカロニサラダ	御飯 しその実漬け 豚肉の香味ソースがけ 金平ごぼう 菜の花の柚子和え	御飯 煮豆(うぐいす豆) 照り焼きハンバーグ さつま芋のバター炒め 花野菜のサラダ	御飯 ザーサイ 回鍋肉 焼餃子 春雨サラダ	御飯 胡麻和え 鯖の山椒焼 冬瓜の煮物 胡瓜の浅漬け
	エネルギー:519kcal タンパク:21.5g 脂質:13.0g 炭水化:77.0g 食塩相:1.6g	エネルギー:497kcal タンパク:23.0g 脂質:7.6g 炭水化:80.5g 食塩相:2.1g	エネルギー:664kcal タンパク:19.9g 脂質:23.2g 炭水化:89.0g 食塩相:1.8g	エネルギー:520kcal タンパク:20.5g 脂質:13.5g 炭水化:75.9g 食塩相:2.1g	エネルギー:588kcal タンパク:14.8g 脂質:11.5g 炭水化:103.8g 食塩相:1.5g	エネルギー:629kcal タンパク:21.6g 脂質:19.8g 炭水化:87.5g 食塩相:2.2g	エネルギー:551kcal タンパク:18.7g 脂質:19.7g 炭水化:70.5g 食塩相:1.6g
おやつ	コーヒーゼリー	みそパイ 饅頭	いちごムース	くりあん人形焼	おせんべい(おにぎり煎餅)	アセロラゼリー	黒糖まんじゅう
	エネルギー:58kcal タンパク:0.3g 脂質:0.8g 炭水化:12.3g 食塩相:0.0g	エネルギー:94kcal タンパク:1.4g 脂質:3.8g 炭水化:13.5g 食塩相:0.1g	エネルギー:57kcal タンパク:1.1g 脂質:1.1g 炭水化:11.2g 食塩相:0.1g	エネルギー:76kcal タンパク:1.3g 脂質:1.8g 炭水化:13.7g 食塩相:0.0g	エネルギー:90kcal タンパク:1.2g 脂質:3.7g 炭水化:13.0g 食塩相:0.4g	エネルギー:30kcal タンパク:0.0g 脂質:0.0g 炭水化:7.6g 食塩相:0.0g	エネルギー:66kcal タンパク:1.3g 脂質:0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g
日計	エネルギー:1579kcal タンパク:55.3g 脂質:33.2g 炭水化:254.9g 食塩相:5.4g	エネルギー:1573kcal タンパク:52.7g 脂質:35.9g 炭水化:250.3g 食塩相:6.0g	エネルギー:1734kcal タンパク:51.1g 脂質:49.9g 炭水化:261.1g 食塩相:5.4g	エネルギー:1603kcal タンパク:57.0g 脂質:45.8g 炭水化:232.9g 食塩相:5.5g	エネルギー:1635kcal タンパク:46.6g 脂質:33.9g 炭水化:277.2g 食塩相:5.1g	エネルギー:1610kcal タンパク:58.1g 脂質:34.9g 炭水化:255.8g 食塩相:4.8g	エネルギー:1751kcal タンパク:53.5g 脂質:65.5g 炭水化:230.1g 食塩相:5.1g

週間献立表

ハートフル瀬谷

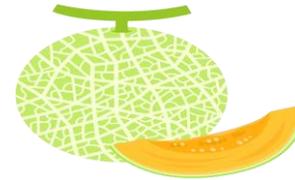
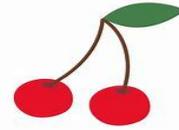
透析③

2023年5月14日(日)~2023年5月20日(土)

	5月14日(日)	5月15日(月)	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)
朝食	御飯又はパン かにかま玉子巻き 千草和え のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 信田巻きの含め煮 塩昆布和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ミートボール(デミグラス) 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 ポイルウインナー 白和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 厚揚げの煮物 さつま芋サラダ ふりかけ 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(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン そばろ肉じゃが 菜の花の和え物 のり佃煮 ヤクルト
	エネルギー:419kcal タンパク:11.7g 脂質:3.6g 炭水化:82.2g 食塩相:1.7g	エネルギー:432kcal タンパク:12.4g 脂質:5.9g 炭水化:79.4g 食塩相:1.5g	エネルギー:440kcal タンパク:14.3g 脂質:8.9g 炭水化:76.7g 食塩相:2.0g	エネルギー:484kcal タンパク:12.6g 脂質:11.5g 炭水化:79.6g 食塩相:1.3g	エネルギー:501kcal タンパク:10.8g 脂質:8.8g 炭水化:91.9g 食塩相:0.9g	エネルギー:495kcal タンパク:18.9g 脂質:10.5g 炭水化:81.7g 食塩相:1.7g	エネルギー:424kcal タンパク:12.8g 脂質:1.7g 炭水化:86.8g 食塩相:1.2g
昼食	御飯 ゆかり和え 魚のバジルオイル焼き いんげんのマヨぼん炒め シーザーサラダ	御飯 春雨中華サラダ 肉団子の酢豚 キャベツと卵のソテー チンゲン菜のナムル	御飯 浅漬 豚肉のおろし煮 もやしと桜エビの炒め物 ゆず味噌和え	チキンカレー 白菜のコンソメ煮 漬物 フルーツ寒天	御飯 わさび和え 魚の味噌焼き なすのそばろ炒め チンゲン菜のドレッシング和え	御飯 アスパラの和え物 豚キムチ風炒め エビ焼売 もやしのサラダ	とろろそば 根菜の煮物 スナップエンドウのサラダ
	エネルギー:501kcal タンパク:18.0g 脂質:15.4g 炭水化:70.0g 食塩相:1.9g	エネルギー:514kcal タンパク:13.7g 脂質:13.4g 炭水化:81.8g 食塩相:2.3g	エネルギー:480kcal タンパク:19.9g 脂質:10.8g 炭水化:71.9g 食塩相:1.4g	エネルギー:504kcal タンパク:13.1g 脂質:12.4g 炭水化:82.5g 食塩相:2.3g	エネルギー:537kcal タンパク:25.2g 脂質:14.5g 炭水化:72.7g 食塩相:2.9g	エネルギー:587kcal タンパク:20.9g 脂質:21.2g 炭水化:74.5g 食塩相:2.0g	エネルギー:414kcal タンパク:15.8g 脂質:3.3g 炭水化:79.6g 食塩相:1.7g
夕食	御飯 つぼ漬け 豚肉のカレー炒め なすの煮浸し フルーツ(パイン缶)	御飯 さつま芋の甘煮 さわらの竜田揚げ 豆腐の野菜あんかけ 切干大根の和風サラダ	御飯 信田和え 松風焼 小松菜の煮浸し かぼちゃサラダ	御飯 冷奴 あじの利休焼き 蓮根のおかか煮 白菜のごま和え	御飯 フルーツ(みかん缶) 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	御飯 しば漬け ホッケの七味焼き ちくわと里芋の煮物 野菜サラダ	御飯 三色煮豆 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 小松菜の炒め煮 磯納豆
	エネルギー:559kcal タンパク:18.0g 脂質:19.5g 炭水化:73.2g 食塩相:1.3g	エネルギー:643kcal タンパク:26.4g 脂質:18.6g 炭水化:87.5g 食塩相:1.7g	エネルギー:578kcal タンパク:25.4g 脂質:13.5g 炭水化:85.7g 食塩相:1.5g	エネルギー:479kcal タンパク:22.3g 脂質:7.7g 炭水化:76.6g 食塩相:2.2g	エネルギー:484kcal タンパク:14.4g 脂質:9.4g 炭水化:83.3g 食塩相:1.6g	エネルギー:429kcal タンパク:19.6g 脂質:3.8g 炭水化:76.0g 食塩相:2.3g	エネルギー:676kcal タンパク:26.5g 脂質:24.6g 炭水化:83.8g 食塩相:1.8g
おやつ	ブッセ(チョコ)	ピーチムース	【手作りおやつ】 さつまいも蒸しパン	マンゴープリン	おせんべい(ねぎ味噌)	厚切バウム	たい焼き
	エネルギー:89kcal タンパク:1.2g 脂質:3.2g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	エネルギー:45kcal タンパク:1.1g 脂質:1.1g 炭水化:8.1g 食塩相:0.2g	エネルギー:96kcal タンパク:1.1g 脂質:0.4g 炭水化:21.9g 食塩相:0.3g	エネルギー:60kcal タンパク:1.9g 脂質:1.4g 炭水化:9.8g 食塩相:0.1g	エネルギー:43kcal タンパク:0.5g 脂質:1.4g 炭水化:7.1g 食塩相:0.3g	エネルギー:92kcal タンパク:1.5g 脂質:3.7g 炭水化:13.2g 食塩相:0.1g	エネルギー:68kcal タンパク:1.5g 脂質:0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g
日計	エネルギー:1568kcal タンパク:48.9g 脂質:41.7g 炭水化:239.3g 食塩相:5.0g	エネルギー:1634kcal タンパク:53.6g 脂質:39.0g 炭水化:256.8g 食塩相:5.6g	エネルギー:1594kcal タンパク:60.7g 脂質:33.6g 炭水化:256.2g 食塩相:5.1g	エネルギー:1527kcal タンパク:49.9g 脂質:33.0g 炭水化:248.5g 食塩相:6.0g	エネルギー:1565kcal タンパク:50.9g 脂質:34.1g 炭水化:255.0g 食塩相:5.5g	エネルギー:1603kcal タンパク:60.9g 脂質:39.2g 炭水化:245.4g 食塩相:6.1g	エネルギー:1582kcal タンパク:56.6g 脂質:30.1g 炭水化:264.5g 食塩相:4.9g



週間献立表

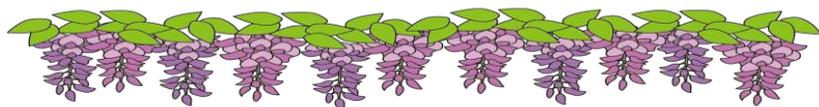


ハートフル瀬谷

透析④

2023年5月21日(日)~2023年5月27日(土)

	5月21日(日)	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)
朝食	御飯又はパン 海老と野菜の炒め物 白菜の浅漬け ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 はんぺん磯辺焼 野菜のマリネ フルーツ(パイン缶) ヤクルト	御飯又はパン ちくわの炒め煮 菜の花のマヨネーズ和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 肉団子の和風あんかけ ごま味噌和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 海老と野菜の塩炒め ポパイサラダ フルーツ缶(カクテル缶) ヤクルト	御飯又はパン 大根のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 姫高野の含め煮 甘酢生姜和え のり佃煮 ヤクルト
	エネルギー:384kcal タンパク:10.5g 脂質:3.5g 炭水化:74.9g 食塩相:1.1g	エネルギー:449kcal タンパク:11.2g 脂質:6.9g 炭水化:84.0g 食塩相:1.9g	エネルギー:456kcal タンパク:12.4g 脂質:8.6g 炭水化:80.4g 食塩相:1.6g	エネルギー:460kcal タンパク:12.4g 脂質:7.1g 炭水化:83.7g 食塩相:1.3g	エネルギー:465kcal タンパク:14.0g 脂質:17.1g 炭水化:63.5g 食塩相:1.7g	エネルギー:422kcal タンパク:11.9g 脂質:4.0g 炭水化:82.3g 食塩相:1.1g	エネルギー:400kcal タンパク:9.2g 脂質:2.1g 炭水化:83.3g 食塩相:1.4g
昼食	御飯 茄子の揚げ浸し さばのねぎ味噌焼き 切り昆布の煮付け ブロッコリーの辛子和え	御飯 野菜ソテー 鶏肉のごま照り焼 さつま芋のレーズン煮 かに風味サラダ	御飯 玉葱とトマトのサラダ 豚肉の八丁味噌炒め 切干大根の煮物 たたき胡瓜	御飯 ごぼうサラダ 鱈の塩麹焼 里芋の煮物 チンゲン菜のナムル	御飯 甘味噌和え 青椒肉絲 鶏そぼろと春雨の炒め煮 白菜の中華サラダ	御飯 さつま芋のサラダ サーモンフライ ほうれん草のバターソテー フルーツ(パイン缶)	御飯 スパゲティサラダ 豚肉の塩ダレ炒め 焼き豆腐の煮つけ 揚げ茄子の浸し
	エネルギー:652kcal タンパク:22.9g 脂質:27.0g 炭水化:74.8g 食塩相:2.4g	エネルギー:570kcal タンパク:20.4g 脂質:13.2g 炭水化:88.1g 食塩相:1.6g	エネルギー:564kcal タンパク:20.4g 脂質:16.1g 炭水化:80.6g 食塩相:1.6g	エネルギー:516kcal タンパク:20.8g 脂質:11.4g 炭水化:79.0g 食塩相:2.4g	エネルギー:575kcal タンパク:23.7g 脂質:15.3g 炭水化:81.6g 食塩相:1.9g	エネルギー:564kcal タンパク:16.3g 脂質:11.7g 炭水化:96.4g 食塩相:1.5g	エネルギー:648kcal タンパク:22.0g 脂質:24.9g 炭水化:80.3g 食塩相:1.8g
夕食	御飯 がんもの煮物 メンチカツとクリームコロッケ 南瓜の煮物 おくらの梅おかかかえ	御飯 青かつぱ 豆腐野菜あんかけ れんこんの甘辛煮 ほうれん草の和え物	御飯 フルーツ缶(カクテル缶) タラのムニエル バター醤油 マカロニカレーソテー ツナサラダ	御飯 うの花 鶏肉のおろしポン酢 真砂炒め 胡瓜とワカメの酢の物	御飯 金時煮豆 魚のマヨコーン焼き 炊き合わせ オニオンサラダ	御飯 柚子香和え 鶏肉のけずりかつお焼 じゃがいもの煮物 トマトサラダ	御飯 しその実漬け さばの味噌煮 もやしの中華風炒め いんげんのツナ和え
	エネルギー:611kcal タンパク:17.2g 脂質:14.6g 炭水化:100.8g 食塩相:2.8g	エネルギー:528kcal タンパク:22.6g 脂質:10.6g 炭水化:82.6g 食塩相:1.9g	エネルギー:518kcal タンパク:21.3g 脂質:9.4g 炭水化:83.8g 食塩相:1.6g	エネルギー:548kcal タンパク:20.7g 脂質:17.3g 炭水化:73.6g 食塩相:2.3g	エネルギー:555kcal タンパク:23.9g 脂質:12.6g 炭水化:84.2g 食塩相:1.6g	エネルギー:513kcal タンパク:19.7g 脂質:11.7g 炭水化:77.9g 食塩相:2.1g	エネルギー:581kcal タンパク:21.2g 脂質:21.5g 炭水化:71.6g 食塩相:2.7g
おやつ	杏仁豆腐	プチマドレーヌ	ぶどうゼリー	ブッセ(クリーム)	バナナムース	ロールケーキ(コーヒー)	青りんごゼリー
	エネルギー:29kcal タンパク:0.4g 脂質:0.1g 炭水化:6.6g 食塩相:0.0g	エネルギー:61kcal タンパク:1.1g 脂質:3.1g 炭水化:7.2g 食塩相:0.1g	エネルギー:58kcal タンパク:0.1g 脂質:0.8g 炭水化:12.6g 食塩相:0.0g	エネルギー:82kcal タンパク:1.1g 脂質:2.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	エネルギー:46kcal タンパク:1.1g 脂質:1.1g 炭水化:8.4g 食塩相:0.2g	エネルギー:93kcal タンパク:1.2g 脂質:3.2g 炭水化:14.8g 食塩相:0.1g	エネルギー:58kcal タンパク:0.1g 脂質:0.8g 炭水化:12.6g 食塩相:0.0g
日計	エネルギー:1676kcal タンパク:51.0g 脂質:45.2g 炭水化:257.1g 食塩相:6.2g	エネルギー:1608kcal タンパク:55.3g 脂質:33.8g 炭水化:261.9g 食塩相:5.5g	エネルギー:1596kcal タンパク:54.2g 脂質:34.9g 炭水化:257.4g 食塩相:4.8g	エネルギー:1606kcal タンパク:55.0g 脂質:38.0g 炭水化:250.8g 食塩相:6.1g	エネルギー:1645kcal タンパク:62.7g 脂質:46.1g 炭水化:237.7g 食塩相:5.4g	エネルギー:1592kcal タンパク:49.1g 脂質:30.6g 炭水化:271.4g 食塩相:4.8g	エネルギー:1687kcal タンパク:52.5g 脂質:49.3g 炭水化:247.8g 食塩相:5.9g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析⑤

2023年5月28日(日)~2023年6月3日(土)

	5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)
朝食	御飯又はパン ○ミートボール(ホリタ) スナップエンドウのサラダ ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン ウインナーと野菜の炒め物 しらす和え のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 ラタトゥイユ いんげんのドレッシング和え フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 海老ボールの含め煮 チゲン菜の梅和え ふりかけ ヤクルト			
	エネルギー:466kcal タンパク:12.9g 脂質:5.6g 炭水化:88.7g 食塩相:1.5g	エネルギー:406kcal タンパク:10.8g 脂質:4.8g 炭水化:77.6g 食塩相:1.7g	エネルギー:429kcal タンパク:12.4g 脂質:7.3g 炭水化:78.9g 食塩相:1.7g	エネルギー:421kcal タンパク:10.6g 脂質:4.8g 炭水化:80.5g 食塩相:1.5g			
昼食	御飯 じゃが芋の炒め物 赤魚のはちみつ照り焼き 土佐煮 おくらのドレッシング和え	御飯 タラモサラダ 豚肉の韓国風生姜焼 大根のカニカマあんかけ フルーツ(みかん缶)	御飯 かぼちゃのバター煮 さわらのみりん醤油焼 厚揚げの煮物 ブロッコリーのごま和え	三色丼(鶏そぼろ) 煮奴 さつま芋の甘煮 コールスローサラダ			
	エネルギー:476kcal タンパク:21.6g 脂質:6.5g 炭水化:80.2g 食塩相:2.2g	エネルギー:571kcal タンパク:19.5g 脂質:16.6g 炭水化:81.5g 食塩相:2.1g	エネルギー:545kcal タンパク:23.5g 脂質:13.2g 炭水化:79.7g 食塩相:1.5g	エネルギー:579kcal タンパク:22.5g 脂質:10.5g 炭水化:93.7g 食塩相:1.5g			
夕食	御飯 胡瓜と椎茸の和え物 鶏肉の竜田焼き ブロッコリー炒め ポテトサラダ	御飯 三色煮豆 牛肉のしぐれ煮 白菜の蒸し煮 ずんだ和え	御飯 もやしの和え物 鶏肉のコンソメ煮 れんこんのピリ辛炒め 菜の花のお浸し	御飯 つぼ漬け 鯖の大葉味噌焼き 白菜の信田煮 もやしのポン酢和え			
	エネルギー:592kcal タンパク:20.5g 脂質:20.4g 炭水化:77.7g 食塩相:1.5g	エネルギー:591kcal タンパク:19.5g 脂質:13.7g 炭水化:94.1g 食塩相:2.4g	エネルギー:509kcal タンパク:20.2g 脂質:10.5g 炭水化:81.2g 食塩相:1.9g	エネルギー:553kcal タンパク:19.6g 脂質:19.6g 炭水化:70.5g 食塩相:1.8g			
おやつ	塩まんじゅう	レモンケーキ	人形焼(こしあん)	お誕生日ケーキ			
	エネルギー:66kcal タンパク:1.2g 脂質:0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g	エネルギー:65kcal タンパク:1.4g 脂質:2.8g 炭水化:8.6g 食塩相:0.1g	エネルギー:111kcal タンパク:2.1g 脂質:2.6g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g	エネルギー:51kcal タンパク:0.7g 脂質:2.7g 炭水化:6.0g 食塩相:0.0g			
日計	エネルギー:1600kcal タンパク:56.2g 脂質:32.6g 炭水化:261.8g 食塩相:5.4g	エネルギー:1633kcal タンパク:51.2g 脂質:37.9g 炭水化:261.8g 食塩相:6.3g	エネルギー:1594kcal タンパク:58.2g 脂質:33.6g 炭水化:259.7g 食塩相:5.3g	エネルギー:1604kcal タンパク:53.4g 脂質:37.6g 炭水化:250.7g 食塩相:4.8g			