

週間献立表

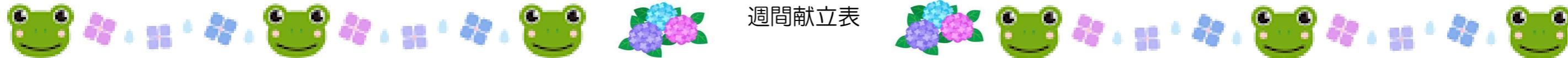


ハートフル瀬谷

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(ナポリタン) スナップエンドウのサラダ ふりかけ	御飯又はパン ワインナーと野菜の炒め物 しらす和え のり佃煮	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)	御飯又はパン 海老ボールの含め煮 チキン菜の梅和え ふりかけ	御飯又はパン 厚揚げと大根の煮物 いんげんのおかか和え ふりかけ	パン又は御飯 ミネストローネ ポテトサラダ フルーツ(みかん缶)	御飯又はパン お魚ボールの煮物 白菜のさっぱり和え のり佃煮
	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	エネルギー: 399kcal タンパク: 9.9g 脂質: 3.2g 炭水化: 80.0g 食塩相: 1.0g	エネルギー: 487kcal タンパク: 14.7g 脂質: 11.6g 炭水化: 81.2g 食塩相: 1.8g	エネルギー: 449kcal タンパク: 10.2g 脂質: 7.9g 炭水化: 80.9g 食塩相: 1.6g
	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coli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	御飯 青のリポテト 鯵の南蛮焼き 白菜の煮浸し ブロッcoliとツのサラダ	御飯 胡瓜とかにかまの酢の物 揚げ出し豆腐 春雨の炒め煮 ほうれん草のゆず和え	挽き肉カレー スパゲッティーサラダ 漬物 ピーチヨーグルト
昼食	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	エネルギー: 496kcal タンパク: 23.1g 脂質: 8.6g 炭水化: 78.7g 食塩相: 1.9g	エネルギー: 552kcal タンパク: 15.1g 脂質: 13.2g 炭水化: 89.8g 食塩相: 2.0g	エネルギー: 596kcal タンパク: 16.5g 脂質: 18.2g 炭水化: 87.8g 食塩相: 2.0g
	御飯 胡瓜と椎茸の和え物 鶏肉の竜田焼き ブロッcoli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	御飯 チンゲン菜の中華煮 麻婆豆腐 焼壳 なすの香味和え	御飯 お浸し 鯈のバター醤油がけ 大根金平 もやしの和え物	御飯 胡麻和え 鶏の唐揚げ ブロッcoli炒め ぬた和え
	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	エネルギー: 539kcal タンパク: 21.4g 脂質: 16.4g 炭水化: 73.7g 食塩相: 2.5g	エネルギー: 449kcal タンパク: 18.1g 脂質: 9.2g 炭水化: 70.7g 食塩相: 1.2g	エネルギー: 541kcal タンパク: 20.6g 脂質: 12.8g 炭水化: 83.7g 食塩相: 1.9g
	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	青りんごゼリー	ミニエクレア	厚切バウム
日計	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	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: 89kcal タンパク: 1.5g 脂質: 6.6g 炭水化: 6.2g 食塩相: 0.1g	エネルギー: 103kcal タンパク: 1.7g 脂質: 4.1g 炭水化: 14.8g 食塩相: 0.1g
	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	エネルギー: 1492kcal タンパク: 54.5g 脂質: 29.0g 炭水化: 245.0g 食塩相: 5.5g	エネルギー: 1577kcal タンパク: 49.4g 脂質: 40.6g 炭水化: 247.9g 食塩相: 5.1g	エネルギー: 1689kcal タンパク: 49.0g 脂質: 43.0g 炭水化: 267.2g 食塩相: 5.6g



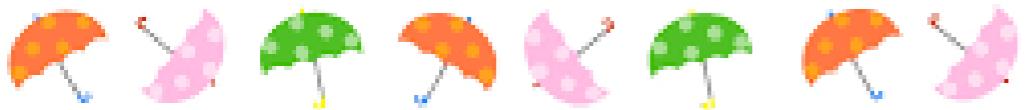
週間献立表

ハートフル瀬谷

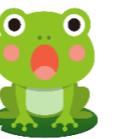
透析食①

2023年6月4日(日)～2023年6月10日(土)

	6月4日(日)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)	6月9日(金)	6月10日(土)
朝食	御飯又はパン 炒り豆腐 菜の花のお浸し ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 肉団子のトマト煮 ポパイサラダ フルーツ（洋梨缶） ヤクルト	御飯又はパン ツナじゃが 菜の花のからし和え 梅びしお ヤクルト	パン又は御飯 プレーンオムレツ 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 白菜の中華ソテー ほうれん草のピーナツ和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン がんもの煮物 ほうれん草の和え物 のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 車麩とかぶの煮物 キャベツのおかか和え ふりかけ ヤクルト
	エネルギー: 450kcal タンパク: 16.1g 脂質: 7.4g 炭水化: 76.4g 食塩相: 1.4g	エネルギー: 479kcal タンパク: 16.9g 脂質: 9.3g 炭水化: 82.4g 食塩相: 2.2g	エネルギー: 462kcal タンパク: 13.1g 脂質: 6.2g 炭水化: 86.3g 食塩相: 1.7g	エネルギー: 513kcal タンパク: 14.8g 脂質: 13.6g 炭水化: 82.2g 食塩相: 2.2g	エネルギー: 424kcal タンパク: 13.1g 脂質: 4.5g 炭水化: 81.2g 食塩相: 1.3g	エネルギー: 430kcal タンパク: 12.0g 脂質: 6.3g 炭水化: 79.0g 食塩相: 1.4g	エネルギー: 395kcal タンパク: 11.4g 脂質: 1.9g 炭水化: 80.1g 食塩相: 1.3g
	御飯 青菜のソテー 鶏肉の味噌だれ焼 かぶの煮物 いんげんの辛子和え	御飯 マカロニサラダ 白身魚フライ 茄子の炒め煮 カリフラワーのツナ和え	御飯 焼売 かに玉甘酢あん 海老マヨソテー 大根のしその実和え	御飯 白菜のごまあえ 豚肉の葱塩炒め じゃが芋のカレー金平 キャベツのゆかり和え	ナポリタン ブロッコリーソテー コールスローサラダ ピーチムース	御飯 タラモサラダ 鰯の大葉味噌焼き 根菜煮 甘酢和え	御飯 大学芋 鶏肉の南部焼 金平ごぼう 大根サラダ
	エネルギー: 561kcal タンパク: 21.3g 脂質: 18.8g 炭水化: 71.6g 食塩相: 2.1g	エネルギー: 635kcal タンパク: 16.0g 脂質: 24.3g 炭水化: 86.2g 食塩相: 1.9g	エネルギー: 573kcal タンパク: 19.8g 脂質: 18.7g 炭水化: 76.7g 食塩相: 2.1g	エネルギー: 502kcal タンパク: 18.5g 脂質: 11.2g 炭水化: 78.5g 食塩相: 1.7g	エネルギー: 493kcal タンパク: 17.5g 脂質: 10.6g 炭水化: 83.8g 食塩相: 2.5g	エネルギー: 559kcal タンパク: 21.0g 脂質: 12.8g 炭水化: 86.0g 食塩相: 2.2g	エネルギー: 637kcal タンパク: 19.3g 脂質: 20.0g 炭水化: 91.2g 食塩相: 1.6g
	御飯 南瓜のサラダ 鯖の煮付け ピーマンの炒め物 白菜のくるみ和え	御飯 しば漬け 豚しゃぶのおろしだれ 大根のかにかまあんかけ 白菜の中華サラダ	御飯 イタリアンサラダ めばるの甘味噌焼 いんげんのソテー 蒸しなす	御飯 フルーツ（りんご缶） 鶏肉のクリームソース さつま揚げと野菜の炒め物 カリフラワーのマリネ	御飯 いんげんの和え物 白身魚の和風ステーキ さつま芋のレモン煮 青梗菜の生姜和え	御飯 うぐいす煮豆 豚肉の韓国風生姜焼 豆腐田楽 カラフルサラダ	御飯 菜の花のお浸し 白身魚の山椒焼 蓮根と豚肉の炒り煮 春雨サラダ
夕食	御飯 南瓜のサラダ 鯖の煮付け ピーマンの炒め物 白菜のくるみ和え	御飯 しば漬け 豚しゃぶのおろしだれ 大根のかにかまあんかけ 白菜の中華サラダ	御飯 イタリアンサラダ めばるの甘味噌焼 いんげんのソテー 蒸しなす	御飯 フルーツ（りんご缶） 鶏肉のクリームソース さつま揚げと野菜の炒め物 カリフラワーのマリネ	御飯 いんげんの和え物 白身魚の和風ステーキ さつま芋のレモン煮 青梗菜の生姜和え	御飯 うぐいす煮豆 豚肉の韓国風生姜焼 豆腐田楽 カラフルサラダ	御飯 菜の花のお浸し 白身魚の山椒焼 蓮根と豚肉の炒り煮 春雨サラダ
	エネルギー: 611kcal タンパク: 18.4g 脂質: 23.8g 炭水化: 77.0g 食塩相: 1.6g	エネルギー: 449kcal タンパク: 20.0g 脂質: 7.4g 炭水化: 71.7g 食塩相: 1.4g	エネルギー: 447kcal タンパク: 19.2g 脂質: 8.6g 炭水化: 70.4g 食塩相: 1.4g	エネルギー: 536kcal タンパク: 20.0g 脂質: 14.1g 炭水化: 79.6g 食塩相: 1.7g	エネルギー: 507kcal タンパク: 20.6g 脂質: 6.0g 炭水化: 91.2g 食塩相: 1.4g	エネルギー: 618kcal タンパク: 24.0g 脂質: 14.1g 炭水化: 94.4g 食塩相: 1.7g	エネルギー: 529kcal タンパク: 23.5g 脂質: 10.5g 炭水化: 82.0g 食塩相: 2.0g
おやつ	黒糖まんじゅう	クリームブッセ	ドーナツ	【手作りおやつ】 あじさいゼリー	ぽたぽた焼き	ロールケーキ（コーヒー）	カステラ
	エネルギー: 75kcal タンパク: 1.5g 脂質: 0.2g 炭水化: 16.8g 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: 58kcal タンパク: 0.1g 脂質: 0.8g 炭水化: 12.5g 食塩相: 0.0g	エネルギー: 143kcal タンパク: 3.2g 脂質: 6.6g 炭水化: 17.3g 食塩相: 0.4g	エネルギー: 51kcal タンパク: 0.5g 脂質: 1.4g 炭水化: 9.0g 食塩相: 0.2g	エネルギー: 92kcal タンパク: 1.4g 脂質: 3.2g 炭水化: 14.5g 食塩相: 0.1g	エネルギー: 83kcal タンパク: 1.7g 脂質: 1.0g 炭水化: 16.7g 食塩相: 0.0g
日計	エネルギー: 1697kcal タンパク: 57.3g 脂質: 50.2g 炭水化: 241.8g 食塩相: 5.1g	エネルギー: 1645kcal タンパク: 54.0g 脂質: 43.2g 炭水化: 254.8g 食塩相: 5.6g	エネルギー: 1540kcal タンパク: 52.2g 脂質: 34.3g 炭水化: 245.9g 食塩相: 5.2g	エネルギー: 1694kcal タンパク: 56.5g 脂質: 45.5g 炭水化: 257.6g 食塩相: 5.9g	エネルギー: 1475kcal タンパク: 51.7g 脂質: 22.5g 炭水化: 265.2g 食塩相: 5.5g	エネルギー: 1699kcal タンパク: 58.4g 脂質: 36.4g 炭水化: 273.9g 食塩相: 5.4g	エネルギー: 1644kcal タンパク: 55.9g 脂質: 33.4g 炭水化: 270.0g 食塩相: 4.9g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析食①

2023年6月11日(日)～2023年6月17日(土)

	6月11日(日)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)	6月17日(土)
朝食	パン又は御飯 クリーム煮 パンプキンサラダ フルーツ（黄桃缶） ヤクルト	御飯又はパン さつま揚げの炒め煮 なめ茸おろし ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン じゃがいものそぼろ煮 いんげんのごま和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 竹輪と里芋の炒り煮 大根のゆかり和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ミートボール（ナポリタン） 枝豆のサラダ フルーツ（洋梨缶） ヤクルト	御飯又はパン 白菜のうま煮あんかけ しらす和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 信田巻きの含め煮 ブロッコリーのピーナツ和え のり佃煮 ヤクルト
	エネルギー:493kcal 脂質:11.1g 食塩相:2.1g	エネルギー:409kcal 脂質:4.1g 食塩相:1.4g	エネルギー:472kcal 脂質:6.0g 食塩相:1.0g	エネルギー:413kcal 脂質:2.7g 食塩相:1.3g	エネルギー:525kcal 脂質:12.2g 食塩相:2.1g	エネルギー:421kcal 脂質:1.8g 食塩相:1.2g	エネルギー:447kcal 脂質:6.0g 食塩相:1.7g
昼食	御飯 いんげんの和え物 白身魚のピカタ焼 ほうれん草のソテー 白菜の昆布和え	御飯 白菜の浅漬 肉団子の酢豚 水餃子 もやしのナムル	ハヤシライス 大根のピクルス チーズサラダ 杏仁フルーツ	御飯 パンプキンサラダ チキンカツ 切り昆布の煮付け ピーマンのおかか和え	御飯 ゆかり和え ほっけの利休焼き 切干大根の煮物 ポン酢和え	御飯 冷奴 豚肉の生姜焼き 南瓜の甘煮 オクラのポン酢和え	御飯 ウインナーソテー 鯖の蒲焼 じゃがいもの煮物 スナップエンドウのサラダ
	エネルギー:462kcal 脂質:7.8g 食塩相:2.1g	エネルギー:519kcal 脂質:9.5g 食塩相:2.4g	エネルギー:578kcal 脂質:17.1g 食塩相:2.3g	エネルギー:636kcal 脂質:21.7g 食塩相:2.1g	エネルギー:457kcal 脂質:7.9g 食塩相:1.1g	エネルギー:555kcal 脂質:13.4g 食塩相:1.8g	エネルギー:658kcal 脂質:24.0g 食塩相:2.0g
夕食	御飯 しば漬け ハニーマスターードチキン ポテトのチーズ焼き 青梗菜のお浸し	御飯 なすの味噌煮 擬製豆腐 ひじきの煮物 小松菜の甘酢生姜和え	御飯 小松菜の和風炒め 白身魚のわさびソースかけ 白菜の信田煮 中華サラダ	御飯 胡瓜ののり佃煮和え 鶏肉の照り焼 厚揚げの煮物 チンゲン菜の辛し和え	御飯 しろ菜のゆず和え 豚肉のオイスター炒め カニ焼壳 青菜のお浸し	御飯 フルーツ（マンゴー） 鰯のおろし煮 もやしのソテー 香り和え	御飯 しその実和え 肉豆腐 白菜の中華炒め 胡瓜ののり和え
	エネルギー:558kcal 脂質:17.6g 食塩相:1.3g	エネルギー:577kcal 脂質:18.0g 食塩相:1.7g	エネルギー:465kcal 脂質:8.5g 食塩相:1.5g	エネルギー:519kcal 脂質:14.1g 食塩相:1.7g	エネルギー:560kcal 脂質:17.8g 食塩相:1.8g	エネルギー:454kcal 脂質:5.5g 食塩相:1.9g	エネルギー:481kcal 脂質:10.8g 食塩相:1.8g
おやつ	マスカットゼリー	カントリーマアム	チョコブッセ	ワッフル（ホイップ＆カスタード）	おせんべい	塩まんじゅう	杏仁豆腐
	エネルギー:34kcal 脂質:0.0g 食塩相:0.0g	エネルギー:91kcal 脂質:4.3g 食塩相:0.1g	エネルギー:89kcal 脂質:3.2g 食塩相:0.1g	エネルギー:121kcal 脂質:5.9g 食塩相:0.2g	エネルギー:104kcal 脂質:4.1g 食塩相:0.5g	エネルギー:66kcal 脂質:0.1g 食塩相:0.2g	エネルギー:33kcal 脂質:0.1g 食塩相:0.0g
日計	エネルギー:1547kcal 脂質:36.5g 食塩相:5.6g	エネルギー:1596kcal 脂質:35.9g 食塩相:5.5g	エネルギー:1604kcal 脂質:34.8g 食塩相:4.9g	エネルギー:1689kcal 脂質:44.4g 食塩相:5.2g	エネルギー:1646kcal 脂質:42.0g 食塩相:5.4g	エネルギー:1496kcal 脂質:20.8g 食塩相:5.2g	エネルギー:1619kcal 脂質:40.9g 食塩相:5.5g



週間献立表

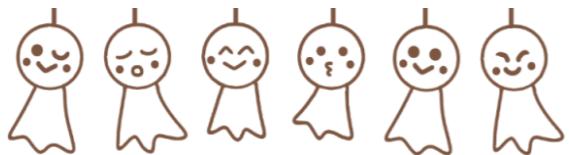


ハートフル瀬谷

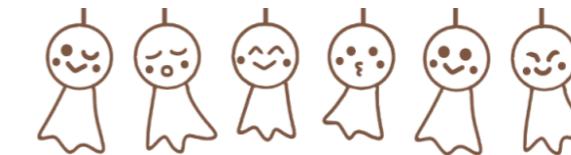
透析食①

2023年6月18日(日)～2023年6月24日(土)

	6月18日(日)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)
朝食	パン又は御飯 ポトフ カラフルサラダ フルーツ（黄桃缶） ヤクルト	御飯又はパン 肉団子 マカロニサラダ ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン えびと野菜のソテー 青じそ和え のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 高野豆腐鶏そぼろ煮 ほうれん草の胡麻和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン ブロッコリーの香り炒め わさび和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 オムレツデミソース キャベツとツナのサラダ フルーツ（みかん缶） ヤクルト	御飯又はパン さつま揚の甘辛煮 オクラの土佐和え フルーツ（みかん缶） ヤクルト
	エネルギー:451kcal 脂質:8.7g 食塩相:2.0g	エネルギー:517kcal 脂質:12.2g 食塩相:1.6g	エネルギー:397kcal 脂質:3.0g 食塩相:1.2g	エネルギー:455kcal 脂質:5.8g 食塩相:1.5g	エネルギー:383kcal 脂質:3.3g 食塩相:1.6g	エネルギー:468kcal 脂質:11.3g 食塩相:2.0g	エネルギー:394kcal 脂質:2.1g 食塩相:1.5g
昼食	御飯 柚子香和え 和風おろしハンバーグ たけのこの山椒煮 なすのごま味噌和え	【世界の料理：台湾】 ルーローハン 中華スープ 炒めビーフン 白菜の中華サラダ マンゴープリン	御飯 たけのこの葱塩和え 蒸し鶏と彩野菜の胡麻だれ なすのおかか煮 トマトのさっぱり和え	御飯 キャベツのお浸し 白身魚のムニエル 五目煮 カリフラワーのゴマドレ和え	御飯 フルーツ（黄桃缶） チキンのトマト煮 スナップエンドウのソテー ¹ マカロニサラダ	御飯 中華サラダ 豚肉と枝豆のピリ辛炒め かぶと油揚げの煮物 ごママヨ和え	御飯 青菜とハムの和え物 さわらの生姜煮 じゃが芋ときのこのバターソテー ¹ 白菜の磯和え
	エネルギー:545kcal 脂質:14.4g 食塩相:2.3g	エネルギー:611kcal 脂質:12.8g 食塩相:3.0g	エネルギー:543kcal 脂質:18.2g 食塩相:1.4g	エネルギー:485kcal 脂質:6.7g 食塩相:1.8g	エネルギー:553kcal 脂質:14.5g 食塩相:1.4g	エネルギー:578kcal 脂質:18.7g 食塩相:2.1g	エネルギー:509kcal 脂質:11.7g 食塩相:2.2g
夕食	御飯 煮浸し 鰯の香味焼き いんげんの炒め煮 わさび和え	御飯 大根のしその実和え 鶏肉の柚子胡椒だれ 里芋の煮物 キャベツのマヨドレ和え	御飯 金時煮豆 鯖の塩焼 金平ごぼう 冷奴	御飯 しば漬け 豚肉の甘辛炒め 大根とあさりの含め煮 春雨サラダ	御飯 酢味噌和え 白身魚のマッシュポテト焼き 大根金平 磯納豆	御飯 ゆかり和え アジの竜田揚げ ふきのおかか煮 切干し大根の酢の物	御飯 うの花 豚肉のガーリックソテー ¹ 小松菜の煮浸し さつま芋サラダ
	エネルギー:478kcal 脂質:10.0g 食塩相:1.9g	エネルギー:511kcal 脂質:13.2g 食塩相:1.2g	エネルギー:655kcal 脂質:22.7g 食塩相:1.8g	エネルギー:522kcal 脂質:12.7g 食塩相:1.6g	エネルギー:560kcal 脂質:13.2g 食塩相:2.1g	エネルギー:500kcal 脂質:8.9g 食塩相:1.3g	エネルギー:634kcal 脂質:20.6g 食塩相:1.9g
おやつ	たい焼き	ソフトクレープ	抹茶ゼリー	薄皮チョコパン	ワッフル	まんぷく饅頭	ウエハース
	エネルギー:68kcal 脂質:0.5g 食塩相:0.2g	エネルギー:89kcal 脂質:5.2g 食塩相:0.1g	エネルギー:61kcal 脂質:0.0g 食塩相:0.0g	エネルギー:109kcal 脂質:3.9g 食塩相:0.1g	エネルギー:82kcal 脂質:4.3g 食塩相:0.1g	エネルギー:119kcal 脂質:1.3g 食塩相:0.1g	エネルギー:54kcal 脂質:2.6g 食塩相:0.0g
日計	エネルギー:1542kcal 脂質:33.6g 食塩相:6.4g	エネルギー:1728kcal 脂質:43.4g 食塩相:5.9g	エネルギー:1656kcal 脂質:43.9g 食塩相:4.4g	エネルギー:1571kcal 脂質:29.1g 食塩相:5.1g	エネルギー:1578kcal 脂質:35.3g 食塩相:5.2g	エネルギー:1665kcal 脂質:40.2g 食塩相:5.5g	エネルギー:1591kcal 脂質:37.0g 食塩相:5.5g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析食①

2023年6月25日(日)～2023年7月1日(土)

	6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	
朝食	パン又は御飯 ワインナーソテー ポテトサラダ フルーツ(パイン缶) ヤクルト	御飯又はパン 肉団子と里芋の煮物 キャベツとワカメの和え物 ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 白菜と厚揚げの中華炒め 小松菜のナムル たいみそ ヤクルト	御飯又はパン カニカマロール ブロッコリーのドレッシング和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 キャベツのコンソメ煮 シェルマカロニサラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト	御飯又はパン ツナソテー 胡麻みそ和え たいみそ ヤクルト	
	エネルギー: 503kcal 脂質: 16.2g 食塩相: 1.9g	エネルギー: 434kcal 脂質: 4.7g 食塩相: 1.6g	エネルギー: 422kcal 脂質: 5.8g 食塩相: 1.1g	エネルギー: 433kcal 脂質: 4.8g 食塩相: 1.5g	エネルギー: 520kcal 脂質: 17.2g 食塩相: 2.3g	エネルギー: 436kcal 脂質: 6.2g 食塩相: 1.2g	
	タンパク: 10.9g 炭水化: 77.6g	タンパク: 10.6g 炭水化: 84.5g	タンパク: 9.2g 炭水化: 80.1g	タンパク: 12.8g 炭水化: 83.3g	タンパク: 14.7g 炭水化: 76.3g	タンパク: 11.7g 炭水化: 81.8g	
昼食	御飯 胡麻和え とんかつ 高野豆腐の煮物 とろろ	御飯 フルーツ 鮭のバター焼き青じそ風味 マカロニカレーソテー ¹ ピーナツ和え	夏野菜の梅おろしうどん ふんわり蒸しのあんかけ 温泉卵	御飯 しば漬け 鰯の野菜あんかけ 炊き合わせ なめ茸和え	御飯 味噌汁 A: 油淋鶏 B: エビチリ なすのピリ辛炒め 和風和え	御飯 オクラの土佐和え 豚肉のスタミナ焼き 大豆とひじきの煮物 ゆかり和え	
	エネルギー: 564kcal 脂質: 14.1g 食塩相: 2.4g	エネルギー: 512kcal 脂質: 7.5g 食塩相: 1.5g	エネルギー: 565kcal 脂質: 19.4g 食塩相: 2.2g	エネルギー: 481kcal 脂質: 9.3g 食塩相: 2.2g	エネルギー: 557kcal 脂質: 18.8g 食塩相: 1.9g	エネルギー: 519kcal 脂質: 13.8g 食塩相: 1.9g	
	タンパク: 18.0g 炭水化: 88.7g	タンパク: 22.6g 炭水化: 85.0g	タンパク: 26.4g 炭水化: 65.7g	タンパク: 21.6g 炭水化: 74.0g	タンパク: 18.5g 炭水化: 74.2g	タンパク: 21.5g 炭水化: 75.0g	
夕食	御飯 マヨネーズ和え 白身魚の醤油みりん焼き もやしと桜エビの炒め物 大根の和風サラダ	御飯 中華和え 鶏肉のけずりかつお焼 豆腐のえびくず煮 しその実和え	御飯 胡麻酢和え 鱈の煮付け 筍の山椒炒め 果物(黄桃缶)	御飯 キャベツサラダ ポークソテー ¹ じゃがいも金平 ぬた和え	御飯 浅漬け 白身魚の粒マスター焼 さつま芋の甘煮 信田和え	御飯 煮豆 鯖の山椒焼 里芋の味噌煮 白和え	
	エネルギー: 450kcal 脂質: 8.9g 食塩相: 1.9g	エネルギー: 503kcal 脂質: 12.7g 食塩相: 1.9g	エネルギー: 446kcal 脂質: 3.6g 食塩相: 1.5g	エネルギー: 558kcal 脂質: 13.8g 食塩相: 1.8g	エネルギー: 530kcal 脂質: 10.0g 食塩相: 1.4g	エネルギー: 652kcal 脂質: 20.8g 食塩相: 1.8g	
	タンパク: 19.8g 炭水化: 69.4g	タンパク: 23.6g 炭水化: 69.0g	タンパク: 21.2g 炭水化: 78.7g	タンパク: 19.1g 炭水化: 85.6g	タンパク: 19.8g 炭水化: 87.3g	タンパク: 21.4g 炭水化: 90.5g	
おやつ	栗まんじゅう	ロールケーキ	チョコバウム	今川焼き	お誕生日ケーキ	ぶどうムース	
	エネルギー: 114kcal 脂質: 0.5g 食塩相: 0.0g	エネルギー: 95kcal 脂質: 3.9g 食塩相: 0.1g	エネルギー: 86kcal 脂質: 3.7g 食塩相: 0.1g	エネルギー: 69kcal 脂質: 0.4g 食塩相: 0.0g	エネルギー: 67kcal 脂質: 4.4g 食塩相: 0.1g	エネルギー: 61kcal 脂質: 1.1g 食塩相: 0.2g	
日計	エネルギー: 1631kcal 脂質: 39.7g 食塩相: 6.2g	エネルギー: 1544kcal 脂質: 28.8g 食塩相: 5.0g	エネルギー: 1519kcal 脂質: 32.5g 食塩相: 4.8g	エネルギー: 1519kcal 脂質: 28.3g 食塩相: 5.5g	エネルギー: 1541kcal 脂質: 28.3g 食塩相: 5.5g	エネルギー: 1674kcal 脂質: 50.4g 食塩相: 5.7g	エネルギー: 1668kcal 脂質: 41.9g 食塩相: 5.1g
	タンパク: 50.9g 炭水化: 260.9g	タンパク: 58.1g 炭水化: 252.4g	タンパク: 58.1g 炭水化: 236.4g	タンパク: 55.9g 炭水化: 256.5g	タンパク: 54.1g 炭水化: 243.5g	タンパク: 55.7g 炭水化: 259.2g	