

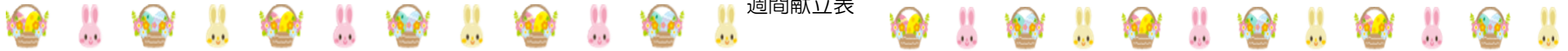
週間献立表

ハートフル瀬谷

透析①

2024年3月31日(日)~2024年4月6日(土)

	3月31日(日)	4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)
朝食	御飯又はパン 豆腐ハンバーグ 薄切りポテトサラダ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 えびと野菜のコンソメソテー お豆のサラダ みかん缶 ヤクルト	御飯又はパン お魚ボールの煮物 いんげんの味噌マヨ和え のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 オクラのおかか和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン ツナじゃが ほうれん草のお浸し ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 プレーンオムレツ ポテトサラダ パイン缶 ヤクルト	御飯又はパン 野菜炒め いんげんのピーナツ和え たいみそ ヤクルト
	I補給 :-506kcal 卵白ク:12.5g 脂質 :14.3g 炭水化:79.2g 食塩相:1.6g	I補給 :-448kcal 卵白ク:18.6g 脂質 :8.3g 炭水化:75.2g 食塩相:1.9g	I補給 :-466kcal 卵白ク:9.8g 脂質 :11.5g 炭水化:77.8g 食塩相:1.6g	I補給 :-452kcal 卵白ク:14.9g 脂質 :8.9g 炭水化:74.5g 食塩相:1.2g	I補給 :-425kcal 卵白ク:11.9g 脂質 :4.6g 炭水化:81.8g 食塩相:1.1g	I補給 :-486kcal 卵白ク:14.8g 脂質 :10.6g 炭水化:82.4g 食塩相:2.1g	I補給 :-407kcal 卵白ク:12.0g 脂質 :4.3g 炭水化:78.1g 食塩相:1.2g
昼食	御飯(160g) ポテトのバター醤油ソテー 白身魚のきのこソース 茄子とピーマンの炒め物 もやしサラダ	御飯(160g) マカロニサラダ 鶏肉とじゃが芋の煮物 ビーフンカレーソテー ほうれん草のゆず醤油和え	御飯(160g) 水餃子 白身魚のチリソース 里芋の煮物 チンゲン菜の胡麻だれ	御飯(160g) 大根の煮物 鶏肉の味噌だれ焼 小松菜の和風炒め ココロサラダ	御飯(160g) 豆サラダ アジの照り焼 もやしのカレー炒め キャベツのゆかり和え	けんちんうどん スナップさやの塩炒め ぶどうムース	御飯(160g) パンプキンサラダ 鯖の竜田揚げおろしぽん酢 さつま芋のオレンジ煮 青梗菜の生姜和え
	I補給 :-497kcal 卵白ク:15.3g 脂質 :13.1g 炭水化:78.2g 食塩相:2.2g	I補給 :-663kcal 卵白ク:25.8g 脂質 :21.7g 炭水化:86.0g 食塩相:2.2g	I補給 :-550kcal 卵白ク:22.2g 脂質 :11.2g 炭水化:87.0g 食塩相:2.5g	I補給 :-582kcal 卵白ク:19.4g 脂質 :21.9g 炭水化:72.5g 食塩相:1.7g	I補給 :-499kcal 卵白ク:24.7g 脂質 :12.5g 炭水化:69.4g 食塩相:2.0g	I補給 :-490kcal 卵白ク:19.8g 脂質 :7.3g 炭水化:84.0g 食塩相:1.6g	I補給 :-696kcal 卵白ク:17.8g 脂質 :28.5g 炭水化:87.7g 食塩相:1.2g
夕食	御飯(160gタ) 漬物 鶏肉のカレーパン粉焼 ツナサラダ フルーツ缶	御飯(160gタ) 胡瓜のわさび和え 鱈のバター醤油がけ 大根金平 もやしの和え物	御飯(160gタ) しその実漬け 豚肉の塩麹焼き ブロッコリー炒め キャベツの甘酢生姜和え	御飯(160gタ) さつま芋の甘煮 めばるの煮付け ピーマン金平 白菜の中華和え	御飯(160gタ) ピクルス 鶏肉のクリームソースかけ ウインナーと野菜のソテー カクテル缶	御飯(160gタ) 豆腐サラダ 鯖の西京焼 ブロッコリーと卵のソテー 小松菜のなめ茸和え	御飯(160gタ) エビシューマイ 豚肉の韓国風生姜焼 大根のかにかまあんかけ 白菜の中華サラダ
	I補給 :-560kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :18.3g 炭水化:71.3g 食塩相:1.4g	I補給 :-434kcal 卵白ク:19.1g 脂質 :8.6g 炭水化:66.8g 食塩相:2.3g	I補給 :-495kcal 卵白ク:20.5g 脂質 :14.7g 炭水化:66.9g 食塩相:1.8g	I補給 :-514kcal 卵白ク:20.1g 脂質 :6.5g 炭水化:90.6g 食塩相:2.2g	I補給 :-573kcal 卵白ク:19.1g 脂質 :17.5g 炭水化:81.3g 食塩相:1.9g	I補給 :-546kcal 卵白ク:24.1g 脂質 :18.5g 炭水化:66.6g 食塩相:1.4g	I補給 :-570kcal 卵白ク:21.9g 脂質 :17.6g 炭水化:75.7g 食塩相:2.2g
おやつ	チョコクレープ	★手作りおやつ★ ホットケーキ	チョコバウム	塩まんじゅう	シュークリーム	人形焼	抹茶ババロア
	I補給 :-89kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :5.2g 炭水化:9.3g 食塩相:0.1g	I補給 :-176kcal 卵白ク:4.4g 脂質 :4.7g 炭水化:29.1g 食塩相:0.5g	I補給 :-81kcal 卵白ク:1.4g 脂質 :3.5g 炭水化:10.9g 食塩相:0.1g	I補給 :-66kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g	I補給 :-77kcal 卵白ク:2.2g 脂質 :5.0g 炭水化:5.7g 食塩相:0.1g	I補給 :-75kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :1.3g 炭水化:14.3g 食塩相:0.0g	I補給 :-94kcal 卵白ク:2.6g 脂質 :3.3g 炭水化:13.3g 食塩相:0.1g
日計	I補給 :-1652kcal 卵白ク:51.7g 脂質 :50.9g 炭水化:238.0g 食塩相:5.2g	I補給 :-1721kcal 卵白ク:67.9g 脂質 :43.3g 炭水化:257.1g 食塩相:6.9g	I補給 :-1592kcal 卵白ク:53.9g 脂質 :40.9g 炭水化:242.6g 食塩相:6.0g	I補給 :-1614kcal 卵白ク:55.6g 脂質 :37.4g 炭水化:252.8g 食塩相:5.3g	I補給 :-1574kcal 卵白ク:57.9g 脂質 :39.6g 炭水化:238.2g 食塩相:5.1g	I補給 :-1597kcal 卵白ク:60.2g 脂質 :37.7g 炭水化:247.3g 食塩相:5.2g	I補給 :-1767kcal 卵白ク:54.3g 脂質 :53.7g 炭水化:254.8g 食塩相:4.7g



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析②

2024年4月7日(日)~2024年4月13日(土)

	4月7日(日)	4月8日(月)	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)
朝食	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 卵ロール キャベツののり和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 大根のそぼろ煮 もやしの香味醤油あえ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 クリーム煮 マカロニサラダ 黄桃缶 ヤクルト	御飯又はパン 肉じゃが キャベツサラダ たいみそ ヤクルト	御飯又はパン さつま揚げと野菜の煮物 白菜の辛子マヨ和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ミートボール(ホリタリ) 大根サラダ みかん缶 ヤクルト
	I補料 -406kcal 卵白ク:10.6g 脂質 :5.7g 炭水化:75.5g 食塩相:1.5g	I補料 -405kcal 卵白ク:12.1g 脂質 :4.3g 炭水化:78.2g 食塩相:1.5g	I補料 -422kcal 卵白ク:12.6g 脂質 :6.2g 炭水化:76.2g 食塩相:1.0g	I補料 -653kcal 卵白ク:21.2g 脂質 :21.6g 炭水化:94.1g 食塩相:2.6g	I補料 -459kcal 卵白ク:11.6g 脂質 :5.6g 炭水化:87.3g 食塩相:0.9g	I補料 -434kcal 卵白ク:10.6g 脂質 :7.9g 炭水化:77.6g 食塩相:1.2g	I補料 -464kcal 卵白ク:16.2g 脂質 :8.8g 炭水化:79.6g 食塩相:2.4g
昼食	御飯(160g) 春菊のお浸し 白身魚の葱味噌焼 白菜の信田煮 胡瓜としらすの酢の物	御飯(160g) 冷奴 鶏肉のオイスター炒め 金平ごぼう スナップエンドウのサラダ	御飯(160g) 卵の花 鰯の野菜あんかけ 南瓜の含め煮 胡瓜のわさび和え	御飯(160g) シューマイ 肉団子の酢豚 チンゲン菜の香り炒め フルーツ寒天	★郷土料理(香川県)★ 讃岐風かけうどん こんにゃくの白和え ストロベリームース	御飯(160g) パンプキンサラダ メンチカツ 切干し大根の煮物 もやしとほうれん草の和え物	御飯(160g) 里芋田楽 白身魚の幽庵焼 きのこソテー 胡瓜とかまの酢の物
	I補料 -398kcal 卵白ク:15.6g 脂質 :4.8g 炭水化:70.9g 食塩相:2.4g	I補料 -590kcal 卵白ク:22.5g 脂質 :20.5g 炭水化:74.7g 食塩相:2.1g	I補料 -525kcal 卵白ク:21.9g 脂質 :9.1g 炭水化:85.3g 食塩相:1.8g	I補料 -588kcal 卵白ク:17.2g 脂質 :15.7g 炭水化:92.4g 食塩相:2.4g	I補料 -552kcal 卵白ク:18.7g 脂質 :15.7g 炭水化:81.0g 食塩相:1.9g	I補料 -637kcal 卵白ク:16.6g 脂質 :21.3g 炭水化:92.4g 食塩相:2.2g	I補料 -434kcal 卵白ク:21.2g 脂質 :4.4g 炭水化:76.3g 食塩相:1.4g
夕食	御飯(160g夕) うぐいす煮豆 豚しゃぶ 豆腐田楽 カラフルサラダ	御飯(160g夕) なすの味噌煮 鱈の煮付け じゃが芋のそぼろ炒め 白菜の梅肉和え	御飯(160g夕) しば漬け ハニーマスタードチキン いんげんのマヨぼん炒め 春菊のお浸し	御飯(160g夕) なすの甘味噌かけ 擬製豆腐 ひじきの煮物 小松菜の甘酢生姜和え	御飯(160g夕) もやしの和風炒め 白身魚の和風ステーキ かぶの煮物 冷奴	御飯(160g夕) 果物(パイナップル) 豚肉の生姜焼 高野豆腐の含め煮 しらすのサラダ	御飯(160g夕) しろ菜の炒め物 麻婆茄子 カニ焼売 ブロッコリーの香りและ
	I補料 -678kcal 卵白ク:28.5g 脂質 :22.0g 炭水化:85.9g 食塩相:1.7g	I補料 -582kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :18.2g 炭水化:77.1g 食塩相:2.5g	I補料 -490kcal 卵白ク:18.7g 脂質 :15.4g 炭水化:66.5g 食塩相:1.3g	I補料 -587kcal 卵白ク:23.0g 脂質 :19.9g 炭水化:76.7g 食塩相:2.0g	I補料 -445kcal 卵白ク:20.9g 脂質 :7.1g 炭水化:70.6g 食塩相:2.0g	I補料 -545kcal 卵白ク:24.1g 脂質 :14.5g 炭水化:75.0g 食塩相:1.5g	I補料 -590kcal 卵白ク:16.9g 脂質 :24.0g 炭水化:73.4g 食塩相:1.6g
おやつ	チーズ蒸しケーキ	和のパンケーキ(きなこ)	ロールケーキ(バニラ)	もみじまんじゅう	おせんべい(サラダ)	ピーチムース	バナナクレープ
	I補料 -127kcal 卵白ク:2.4g 脂質 :4.6g 炭水化:19.0g 食塩相:0.0g	I補料 -55kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :1.9g 炭水化:8.7g 食塩相:0.1g	I補料 -95kcal 卵白ク:1.3g 脂質 :3.9g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	I補料 -107kcal 卵白ク:2.0g 脂質 :2.1g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g	I補料 -33kcal 卵白ク:0.3g 脂質 :1.2g 炭水化:5.1g 食塩相:0.1g	I補料 -54kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :1.1g 炭水化:10.2g 食塩相:0.2g	I補料 -87kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :5.4g 炭水化:8.6g 食塩相:0.1g
日計	I補料 -1609kcal 卵白ク:57.1g 脂質 :37.1g 炭水化:251.3g 食塩相:5.7g	I補料 -1632kcal 卵白ク:58.5g 脂質 :44.9g 炭水化:238.7g 食塩相:6.1g	I補料 -1532kcal 卵白ク:54.5g 脂質 :34.6g 炭水化:241.9g 食塩相:4.3g	I補料 -1935kcal 卵白ク:63.4g 脂質 :59.3g 炭水化:283.1g 食塩相:7.1g	I補料 -1489kcal 卵白ク:51.5g 脂質 :29.6g 炭水化:244.0g 食塩相:4.9g	I補料 -1670kcal 卵白ク:52.5g 脂質 :44.8g 炭水化:255.2g 食塩相:5.1g	I補料 -1575kcal 卵白ク:55.3g 脂質 :42.6g 炭水化:237.9g 食塩相:5.4g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析③

2024年4月14日(日)~2024年4月20日(土)

	4月14日(日)	4月15日(月)	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)
朝食	御飯又はパン 豆腐と野菜の炒め物 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 いんげんのピーナッツ和え のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 ウインナーソテー スパゲッティサラダ パイン缶 ヤクルト	御飯又はパン 甘辛肉団子 ブロッコリーの胡麻マヨ和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ミネストローネ マカロニサラダ みかん缶 ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 チンゲン菜のごま和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 白菜と厚揚げの中華炒め おくらののり佃煮和え ふりかけ ヤクルト
	I補給 -418kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :7.0g 炭水化:73.6g 食塩相:1.2g	I補給 -433kcal 卵白ク:12.4g 脂質 :6.1g 炭水化:79.7g 食塩相:1.7g	I補給 -520kcal 卵白ク:13.7g 脂質 :15.7g 炭水化:81.2g 食塩相:2.1g	I補給 -466kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :10.5g 炭水化:79.2g 食塩相:1.2g	I補給 -480kcal 卵白ク:13.2g 脂質 :11.8g 炭水化:80.6g 食塩相:1.8g	I補給 -448kcal 卵白ク:13.8g 脂質 :7.5g 炭水化:78.3g 食塩相:1.5g	I補給 -381kcal 卵白ク:9.4g 脂質 :4.8g 炭水化:72.7g 食塩相:1.0g
昼食	御飯(160g) グリル野菜 ハンバーグトマトソース スタッフイトリのソテー ポテトサラダ	ハヤシライス ごぼうサラダ フルーツヨーグルト	御飯(160g) 野菜コロッケ 豆腐と海老のグラタン カリフラワーのキャブ炒め ひじきサラダ	御飯(160g) 大根金平 白身魚のムニエル 五目煮 白菜のゆかり和え	御飯(160g) 卵豆腐 とんかつ 根菜炒り煮 カリフラワーのドレッシング和え	【春御膳】 豆ごはん/清し汁 天ぷら盛り合わせ 若竹煮/しば漬け ふんわり真薯の銀あんかけ 水ようかん	御飯(160g) ひじきサラダ 鶏肉のマッシュポト焼 がんもの煮物 蒸しなす
	I補給 -554kcal 卵白ク:14.3g 脂質 :14.9g 炭水化:88.6g 食塩相:1.8g	I補給 -596kcal 卵白ク:14.9g 脂質 :21.3g 炭水化:82.7g 食塩相:2.3g	I補給 -617kcal 卵白ク:22.4g 脂質 :18.0g 炭水化:90.6g 食塩相:2.1g	I補給 -489kcal 卵白ク:22.5g 脂質 :10.4g 炭水化:73.7g 食塩相:1.7g	I補給 -539kcal 卵白ク:15.6g 脂質 :14.3g 炭水化:84.8g 食塩相:1.8g	I補給 -593kcal 卵白ク:15.7g 脂質 :14.3g 炭水化:98.5g 食塩相:3.0g	I補給 -590kcal 卵白ク:22.2g 脂質 :21.2g 炭水化:75.7g 食塩相:2.2g
夕食	御飯(160g夕) フルーツ(マンゴー) 鱈の焼き南蛮漬 なすのオイスター炒め 大根の柚子風味和え	御飯(160g夕) 豆腐サラダ 車麩とごぼうの卵とし 長芋のおかか煮 オクラのポン酢和え	御飯(160g夕) 白菜の煮浸し 鱈の梅焼き ごぼうの山椒炒め ほうれん草辛子和え	御飯(160g夕) もやしサラダ かに玉甘酢あん 春雨ソテー 大根のしその実和え	御飯(160g夕) 金時煮豆 あじの山椒焼 里芋の味噌煮 いんげんのおかか和え	御飯(160g夕) しば漬け 豚肉の甘辛炒め 大根と油揚げの煮物 トマトサラダ	御飯(160g夕) カリフラワーのマネズ和え 鱈のみりん醤油焼 キャブとさつま揚げの炒め物 磯納豆
	I補給 -481kcal 卵白ク:19.8g 脂質 :9.9g 炭水化:74.6g 食塩相:1.6g	I補給 -476kcal 卵白ク:17.7g 脂質 :8.2g 炭水化:79.5g 食塩相:1.4g	I補給 -469kcal 卵白ク:20.9g 脂質 :9.4g 炭水化:72.5g 食塩相:1.6g	I補給 -525kcal 卵白ク:16.0g 脂質 :13.8g 炭水化:79.2g 食塩相:2.1g	I補給 -504kcal 卵白ク:21.6g 脂質 :7.1g 炭水化:85.8g 食塩相:1.2g	I補給 -540kcal 卵白ク:21.6g 脂質 :17.3g 炭水化:69.8g 食塩相:1.6g	I補給 -517kcal 卵白ク:24.7g 脂質 :15.5g 炭水化:66.7g 食塩相:2.0g
おやつ	いちごスペシャル	バウムクーヘン	たいやき	バニラババロア	おせんべい(ぼたぼた焼)	ブッセ(クリーム)	パンケーキ(抹茶クリーム)
	I補給 -167kcal 卵白ク:2.0g 脂質 :6.6g 炭水化:24.8g 食塩相:0.1g	I補給 -87kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :3.7g 炭水化:12.3g 食塩相:0.1g	I補給 -68kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g	I補給 -94kcal 卵白ク:2.5g 脂質 :3.3g 炭水化:13.4g 食塩相:0.1g	I補給 -51kcal 卵白ク:0.5g 脂質 :1.4g 炭水化:9.0g 食塩相:0.2g	I補給 -82kcal 卵白ク:1.1g 脂質 :2.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	I補給 -56kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :2.1g 炭水化:8.2g 食塩相:0.1g
日計	I補給 -1620kcal 卵白ク:48.4g 脂質 :38.4g 炭水化:261.6g 食塩相:4.8g	I補給 -1592kcal 卵白ク:46.2g 脂質 :39.3g 炭水化:254.2g 食塩相:5.5g	I補給 -1674kcal 卵白ク:58.5g 脂質 :43.6g 炭水化:258.6g 食塩相:6.0g	I補給 -1574kcal 卵白ク:53.3g 脂質 :38.0g 炭水化:245.5g 食塩相:5.0g	I補給 -1574kcal 卵白ク:50.9g 脂質 :34.6g 炭水化:260.2g 食塩相:5.1g	I補給 -1663kcal 卵白ク:52.2g 脂質 :41.3g 炭水化:261.1g 食塩相:6.1g	I補給 -1544kcal 卵白ク:57.3g 脂質 :43.6g 炭水化:223.3g 食塩相:5.3g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析④

2024年4月21日(日)~2024年4月27(土)

	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)
朝食	御飯又はパン 冬瓜と竹輪の煮物 青梗菜のお浸し ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 オムレツ ポテトサラダ パイン缶 ヤクルト	御飯又はパン 野菜と五目しんじょの煮物 ほうれん草のおかか和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 豆腐ハンバーグ 大根のさっぱり和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン キャベツと海老の塩炒め 小松菜のナムル たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 高野豆腐の含め煮 いんげんのドレッシング和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ラタトゥイユ マカロニサラダ みかん缶 ヤクルト
	I補料:365kcal 卵白ク:9.5g 脂質:1.8g 炭水化:75.8g 食塩相:1.2g	I補料:523kcal 卵白ク:13.8g 脂質:12.4g 炭水化:89.0g 食塩相:2.0g	I補料:396kcal 卵白ク:9.9g 脂質:5.4g 炭水化:74.9g 食塩相:1.2g	I補料:435kcal 卵白ク:12.2g 脂質:7.8g 炭水化:76.7g 食塩相:1.5g	I補料:394kcal 卵白ク:10.2g 脂質:4.6g 炭水化:75.4g 食塩相:1.2g	I補料:402kcal 卵白ク:10.3g 脂質:4.1g 炭水化:78.3g 食塩相:1.0g	I補料:573kcal 卵白ク:15.8g 脂質:23.2g 炭水化:75.3g 食塩相:2.0g
昼食	御飯(160g) 厚焼卵 鯖の生姜煮 さつまいものじゃこ炒め キャベツの磯和え	野菜たんめん 焼売 チョレギサラダ	【誕生日セレクト】 A0-ルパ サンド Bバ ターライ コンソメスープ そら豆のサラダ いちごゼリー (Bのみ 丼氷カ)	御飯(160g) 卵豆腐 豚肉のバーベキュー炒め ブロッコリーの和風あんかけ いんげんの和え物	御飯(160g) マカロニサラダ 生揚となすの味噌炒め じゃがいもの煮物 花野菜サラダ	御飯(160g) 漬物 豚肉の八丁味噌煮 里芋の青のりバター カニ風味和え	御飯(160g) 卵豆腐 揚げ鶏の香味ソースかけ キャベツのピリ辛炒め 大根サラダ
	I補料:586kcal 卵白ク:24.5g 脂質:15.5g 炭水化:84.1g 食塩相:2.2g	I補料:431kcal 卵白ク:18.4g 脂質:12.1g 炭水化:60.1g 食塩相:2.2g	I補料:500kcal 卵白ク:15.0g 脂質:16.5g 炭水化:73.0g 食塩相:2.7g	I補料:543kcal 卵白ク:24.4g 脂質:17.3g 炭水化:69.3g 食塩相:1.7g	I補料:649kcal 卵白ク:20.9g 脂質:25.2g 炭水化:81.3g 食塩相:1.7g	I補料:571kcal 卵白ク:21.7g 脂質:19.3g 炭水化:73.4g 食塩相:1.8g	I補料:561kcal 卵白ク:20.2g 脂質:20.4g 炭水化:70.4g 食塩相:1.8g
夕食	御飯(160g夕) ゆかり和え 肉団子と野菜の甘酢がらめ 小松菜の煮浸し 南瓜サラダ	御飯(160g夕) ゴマドレ和え 鯖のネギ塩だれ 切り昆布の煮物 切干大根の和風サラダ	御飯(160g夕) スパゲティサラダ 鱈の竜田焼 大豆と鶏肉の煮物 キャベツのサラダ	御飯(160g夕) 金時煮豆 鶏肉のけずりかつお焼 里芋のうま煮あんかけ しその実和え	御飯(160g夕) 冷奴 ほっけの照り焼き もやしの炒め物 酢の物	御飯(160g夕) キャベツの塩昆布和え 丼ソテー ガリックオリーブ 大根とツナのソテー ほうれん草のピーナツ和え	御飯(160g夕) かにかま玉子巻 白身魚の粒マスタード焼 厚揚げの煮物 ブロッコリーのごま和え
	I補料:584kcal 卵白ク:16.8g 脂質:16.3g 炭水化:90.4g 食塩相:1.8g	I補料:617kcal 卵白ク:18.7g 脂質:21.8g 炭水化:82.3g 食塩相:1.7g	I補料:634kcal 卵白ク:28.6g 脂質:19.9g 炭水化:81.2g 食塩相:1.8g	I補料:529kcal 卵白ク:19.3g 脂質:11.0g 炭水化:83.4g 食塩相:1.5g	I補料:458kcal 卵白ク:23.2g 脂質:8.7g 炭水化:67.9g 食塩相:2.4g	I補料:518kcal 卵白ク:20.8g 脂質:16.1g 炭水化:69.3g 食塩相:1.7g	I補料:528kcal 卵白ク:23.2g 脂質:15.1g 炭水化:72.8g 食塩相:2.8g
おやつ	オレンジゼリー	黒糖まんじゅう	お誕生日ケーキ	ロールケーキ(7枚)	どら焼き	エクレア	カステラ
	I補料:58kcal 卵白ク:0.1g 脂質:0.8g 炭水化:12.5g 食塩相:0.0g	I補料:66kcal 卵白ク:1.3g 脂質:0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g	I補料:55kcal 卵白ク:0.9g 脂質:3.7g 炭水化:4.7g 食塩相:0.1g	I補料:92kcal 卵白ク:1.4g 脂質:3.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	I補料:142kcal 卵白ク:3.3g 脂質:1.3g 炭水化:29.4g 食塩相:0.2g	I補料:89kcal 卵白ク:1.5g 脂質:6.6g 炭水化:6.2g 食塩相:0.1g	I補料:83kcal 卵白ク:1.7g 脂質:1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g
日計	I補料:1593kcal 卵白ク:50.9g 脂質:34.4g 炭水化:262.8g 食塩相:5.3g	I補料:1637kcal 卵白ク:52.2g 脂質:46.4g 炭水化:246.3g 食塩相:5.9g	I補料:1585kcal 卵白ク:54.4g 脂質:45.5g 炭水化:233.8g 食塩相:5.7g	I補料:1599kcal 卵白ク:57.3g 脂質:39.3g 炭水化:243.9g 食塩相:4.8g	I補料:1643kcal 卵白ク:57.6g 脂質:39.8g 炭水化:254.0g 食塩相:5.5g	I補料:1580kcal 卵白ク:54.3g 脂質:46.1g 炭水化:227.2g 食塩相:4.5g	I補料:1745kcal 卵白ク:60.9g 脂質:59.7g 炭水化:235.2g 食塩相:6.7g

週間献立表

ハートフル瀬谷

透析⑤

2024年4月28日(日)～2024年4月30日(火)

	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)				
朝食	御飯又はパン 海老ボールの含め煮 胡瓜の梅おかか和え ふりかけ ヤクルト I補正:-382kcal 卵白ク:9.4g 脂質:3.0g 炭水化:76.5g 食塩相:1.2g	御飯又はパン はんぺんの煮物 小松菜の信田和え たいみそ ヤクルト I補正:-400kcal 卵白ク:10.7g 脂質:2.1g 炭水化:82.0g 食塩相:1.7g	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 ヤクルト I補正:-409kcal 卵白ク:11.7g 脂質:6.1g 炭水化:74.2g 食塩相:1.0g				
昼食	御飯(160g) スナップさやのソテー 鱈の葱だく香味ソース ちげい菜の中華風炒め ブロッコリーとツナのサラダ I補正:-572kcal 卵白ク:26.6g 脂質:19.3g 炭水化:71.4g 食塩相:2.2g	御飯(160g) ポテトサラダ 豚肉のスタミナ炒め 大豆とひじきの煮物 浅漬け I補正:-581kcal 卵白ク:23.5g 脂質:19.8g 炭水化:75.2g 食塩相:1.6g	ポークカレー ミモザサラダ 漬物 マンゴープリン I補正:-590kcal 卵白ク:17.2g 脂質:17.0g 炭水化:88.2g 食塩相:2.7g				
夕食	御飯(160g夕) フルーツ(パイン缶) 揚げだし豆腐のカニ風味あんかけ 里芋と竹輪の煮物 枝豆サラダ I補正:-529kcal 卵白ク:16.4g 脂質:10.9g 炭水化:89.5g 食塩相:1.8g	御飯(160g夕) 春菊のおかか和え 白身魚の味噌マヨ焼 ごぼうのそぼろ炒め 白菜の酢の物 I補正:-446kcal 卵白ク:17.5g 脂質:9.1g 炭水化:71.1g 食塩相:2.6g	御飯(160g夕) 胡瓜ときのこのごまドレ和え 鶏肉とこんにゃくの煮物 ビーフンソテー なすのぽん酢和え I補正:-512kcal 卵白ク:19.6g 脂質:12.5g 炭水化:76.6g 食塩相:1.5g				
おやつ	レモンケーキ I補正:-58kcal 卵白ク:1.2g 脂質:2.5g 炭水化:7.6g 食塩相:0.1g	チョコクレープ I補正:-89kcal 卵白ク:1.0g 脂質:5.2g 炭水化:9.3g 食塩相:0.1g	ワッフル(ホイップ & カスタード) I補正:-121kcal 卵白ク:2.3g 脂質:5.9g 炭水化:14.6g 食塩相:0.2g				
日計	I補正:-1541kcal 卵白ク:53.6g 脂質:35.7g 炭水化:245.0g 食塩相:5.3g	I補正:-1516kcal 卵白ク:52.7g 脂質:36.2g 炭水化:237.6g 食塩相:5.9g	I補正:-1632kcal 卵白ク:50.8g 脂質:41.5g 炭水化:253.6g 食塩相:5.4g				