



週間献立表

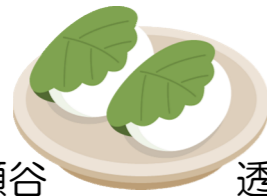


ハートフル瀬谷

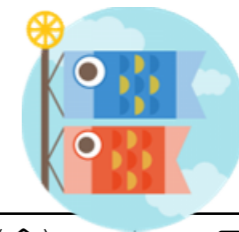
透析①

2024年4月28日(日)~2024年5月4日(土)

	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)
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	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	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	パン又は御飯 スクランブルエッグ お豆のサラダ 黄桃缶 ヤクルト	御飯又はパン お魚ボールの煮物 胡瓜の酢の物 のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 ほうれん草のお浸し ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 肉団子のトマト煮 もやしと錦糸卵のサラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト
	I補給:-382kcal 卵白ク:9.4g 脂質:3.0g 炭水化:76.5g 食塩相:1.2g	I補給:-400kcal 卵白ク:10.7g 脂質:2.1g 炭水化:82.0g 食塩相:1.7g	I補給:-409kcal 卵白ク:11.7g 脂質:6.1g 炭水化:74.2g 食塩相:1.0g	I補給:-552kcal 卵白ク:17.5g 脂質:18.8g 炭水化:78.5g 食塩相:1.8g	I補給:-419kcal 卵白ク:9.2g 脂質:6.0g 炭水化:78.1g 食塩相:1.4g	I補給:-438kcal 卵白ク:14.4g 脂質:8.1g 炭水化:73.8g 食塩相:1.3g	I補給:-508kcal 卵白ク:17.9g 脂質:10.6g 炭水化:85.6g 食塩相:1.9g
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 チゲン菜の中華風炒め ブロッコリーとツナのサラダ	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	ポークカレー ミモザサラダ 薬味 マンゴープリン	御飯(160g) マカロニサラダ 肉豆腐 ビーフンソテー 小松菜のゆず醤油和え	【こどもの日】 オムライス コンソメスープ コールスローサラダ ブルーベリーヨーグルト	御飯(160g) 白菜のゆかり和え 鶏肉の味噌漬焼 冬瓜の煮物 ポテトサラダ	御飯(160g) 水餃子 白身魚のチリソース ピーマンと竹輪のソテー スナップエンドウのサラダ
	I補給:-572kcal 卵白ク:26.6g 脂質:19.3g 炭水化:71.4g 食塩相:2.2g	I補給:-581kcal 卵白ク:23.5g 脂質:19.8g 炭水化:75.2g 食塩相:1.6g	I補給:-590kcal 卵白ク:17.2g 脂質:17.0g 炭水化:88.2g 食塩相:2.7g	I補給:-631kcal 卵白ク:23.0g 脂質:21.9g 炭水化:82.3g 食塩相:1.3g	I補給:-586kcal 卵白ク:21.9g 脂質:15.7g 炭水化:87.7g 食塩相:2.3g	I補給:-584kcal 卵白ク:18.8g 脂質:21.5g 炭水化:73.8g 食塩相:1.8g	I補給:-590kcal 卵白ク:22.4g 脂質:18.2g 炭水化:80.7g 食塩相:2.5g
夕食	御飯(160gタ) 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	御飯(160gタ) 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	御飯(160gタ) 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 なすのぼん酢和え	御飯(160gタ) 大根サラダ 白身魚のバター醤油がけ じゃが芋金平 もやしの和え物	御飯(160gタ) 里芋の信田煮 豚肉の塩麴焼き ブロッコリーの和風あんかけ 大根のしその実和え	御飯(160gタ) さつま芋サラダ 鯖の煮付け れんこん炒り煮 いんげんの生姜和え	御飯(160gタ) しば漬け 鶏肉の柚子胡椒だれ なすの炒め物 白菜のぼん酢和え
	I補給:-529kcal 卵白ク:16.4g 脂質:10.9g 炭水化:89.5g 食塩相:1.8g	I補給:-446kcal 卵白ク:17.5g 脂質:9.1g 炭水化:71.1g 食塩相:2.6g	I補給:-512kcal 卵白ク:19.6g 脂質:12.5g 炭水化:76.6g 食塩相:1.5g	I補給:-413kcal 卵白ク:13.1g 脂質:6.2g 炭水化:73.3g 食塩相:2.3g	I補給:-536kcal 卵白ク:24.3g 脂質:14.7g 炭水化:72.8g 食塩相:1.9g	I補給:-651kcal 卵白ク:21.0g 脂質:23.2g 炭水化:84.8g 食塩相:2.0g	I補給:-437kcal 卵白ク:16.7g 脂質:11.2g 炭水化:63.7g 食塩相:1.5g
おやつ	レモンケーキ	チョコクレープ	ワッフル(ホイップ&カスタード)	エクレア	季節の和菓子	いちごゼリー	塩まんじゅう
	I補給:-58kcal 卵白ク:1.2g 脂質:2.5g 炭水化:7.6g 食塩相:0.1g	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:-121kcal 卵白ク:2.3g 脂質:5.9g 炭水化:14.6g 食塩相:0.2g	I補給:-89kcal 卵白ク:1.5g 脂質:6.6g 炭水化:6.2g 食塩相:0.1g	I補給:-33kcal 卵白ク:0.7g 脂質:0.0g 炭水化:7.6g 食塩相:0.0g	I補給:-54kcal 卵白ク:0.1g 脂質:0.8g 炭水化:11.6g 食塩相:0.0g	I補給:-66kcal 卵白ク:1.2g 脂質:0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g
日計	I補給:-1541kcal 卵白ク:53.6g 脂質:35.7g 炭水化:245.0g 食塩相:5.3g	I補給:-1516kcal 卵白ク:52.7g 脂質:36.2g 炭水化:237.6g 食塩相:5.9g	I補給:-1632kcal 卵白ク:50.8g 脂質:41.5g 炭水化:253.6g 食塩相:5.4g	I補給:-1685kcal 卵白ク:55.1g 脂質:53.5g 炭水化:240.3g 食塩相:5.5g	I補給:-1574kcal 卵白ク:56.1g 脂質:36.4g 炭水化:246.2g 食塩相:5.6g	I補給:-1727kcal 卵白ク:54.3g 脂質:53.6g 炭水化:244.0g 食塩相:5.1g	I補給:-1601kcal 卵白ク:58.2g 脂質:40.1g 炭水化:245.2g 食塩相:6.1g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析②

2024年5月5日(日)~2024年5月11日(土)

	5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)
朝食	御飯又はパン 肉じゃが ほうれん草の辛子和え 梅びしお ヤクルト	パン又は御飯 プレーンオムレツ 人参サラダ フルーツ (パイン缶) ヤクルト	御飯又はパン キャベツソテー 青菜のピーナツ和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン さつま揚げの煮物 チンゲン菜のゆず和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 鶏肉と野菜のクリームシチュー ポテトサラダ フルーツ (黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 炒り卵 もやしのおかか和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン ツナと野菜のソテー ブロッコリーサラダ ふりかけ ヤクルト
	I補給 -424kcal 卵白ク:13.0g 脂質 :3.1g 炭水化:83.0g 食塩相:1.8g	I補給 -518kcal 卵白ク:16.8g 脂質 :15.1g 炭水化:78.7g 食塩相:2.0g	I補給 -391kcal 卵白ク:8.9g 脂質 :3.2g 炭水化:79.7g 食塩相:1.4g	I補給 -389kcal 卵白ク:11.6g 脂質 :2.6g 炭水化:76.9g 食塩相:1.9g	I補給 -498kcal 卵白ク:15.9g 脂質 :13.0g 炭水化:79.1g 食塩相:2.0g	I補給 -424kcal 卵白ク:13.8g 脂質 :7.9g 炭水化:71.1g 食塩相:0.9g	I補給 -435kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :9.5g 炭水化:73.5g 食塩相:1.2g
昼食	御飯 (160g) 温泉卵 ポークソテーカレー風味 れんこんの炒め物 春雨サラダ	御飯 (160g) 竹輪の磯辺揚げ 白身魚の香味焼 がんもの煮物 もやしのゆかり和え	ちゃんぽん風 なす田楽 抹茶ババロア	菜めし 漬物 鯖の塩焼 さつま芋のオレンジ煮 もやしの生姜和え	御飯 (160g) 変わり冷奴 豚肉の葱塩炒め 金平ごぼう スナックイントウのサラダ	ビーフカレー きのこサラダ 漬物 ピーチゼリー	御飯 (160g) 揚げ焼売 肉団子の酢豚 もやしのナムル 杏仁豆腐
	I補給 -658kcal 卵白ク:26.8g 脂質 :24.1g 炭水化:78.2g 食塩相:1.8g	I補給 -487kcal 卵白ク:17.5g 脂質 :14.2g 炭水化:69.7g 食塩相:2.0g	I補給 -610kcal 卵白ク:20.6g 脂質 :22.2g 炭水化:78.6g 食塩相:2.9g	I補給 -537kcal 卵白ク:16.6g 脂質 :16.8g 炭水化:75.8g 食塩相:1.7g	I補給 -581kcal 卵白ク:24.5g 脂質 :19.4g 炭水化:74.0g 食塩相:1.9g	I補給 -596kcal 卵白ク:14.6g 脂質 :18.0g 炭水化:91.7g 食塩相:2.6g	I補給 -699kcal 卵白ク:17.7g 脂質 :22.7g 炭水化:102.9g 食塩相:1.9g
夕食	御飯 (160gタ) カクテル缶 鯖の西京焼き 高野豆腐の煮物 キャベツの磯和え	御飯 (160gタ) エビ焼売 豚肉の韓国風生姜焼 大根のかにかまあかけ 白菜の中華サラダ	御飯 (160gタ) 大根のコンソメ煮 鶏肉のクリームソース ジャーマンポテト カリフラワーサラダ	御飯 (160gタ) うぐいす煮豆 茹で豚のごましゃぶ 車麩の卵とし カラフルサラダ	御飯 (160gタ) いんげんのごま和え 白身魚の味噌焼 青菜の和風炒め 胡瓜の酢の物	御飯 (160gタ) ほうれん草ソテー チキンソテー ポテトの明太マヨ焼き 白菜の塩昆布和え	御飯 (160gタ) 大根金平 擬製豆腐 ひじきの煮物 小松菜のおかか和え
	I補給 -509kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :11.4g 炭水化:74.6g 食塩相:1.5g	I補給 -597kcal 卵白ク:21.6g 脂質 :21.0g 炭水化:75.5g 食塩相:1.8g	I補給 -590kcal 卵白ク:21.5g 脂質 :20.1g 炭水化:77.5g 食塩相:1.7g	I補給 -637kcal 卵白ク:27.0g 脂質 :18.7g 炭水化:84.7g 食塩相:1.4g	I補給 -438kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :6.1g 炭水化:70.2g 食塩相:2.0g	I補給 -553kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :17.5g 炭水化:73.8g 食塩相:1.6g	I補給 -508kcal 卵白ク:23.4g 脂質 :12.3g 炭水化:74.1g 食塩相:2.5g
おやつ	カステラ	ぶどうムース	シュークリーム	☆手作りおやつ☆ クリームあんみつ	おせんべい (ぼたぼた焼)	チョコクレープ	アセロラゼリー
	I補給 -83kcal 卵白ク:1.7g 脂質 :1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g	I補給 -69kcal 卵白ク:1.3g 脂質 :1.3g 炭水化:13.6g 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 -87kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :1.5g 炭水化:17.8g 食塩相:0.0g	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 -89kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :5.2g 炭水化:9.3g 食塩相:0.1g	I補給 -30kcal 卵白ク:0.0g 脂質 :0.0g 炭水化:7.6g 食塩相:0.0g
日計	I補給 -1674kcal 卵白ク:64.4g 脂質 :39.6g 炭水化:252.5g 食塩相:5.0g	I補給 -1671kcal 卵白ク:57.2g 脂質 :51.6g 炭水化:237.5g 食塩相:6.0g	I補給 -1668kcal 卵白ク:53.2g 脂質 :50.5g 炭水化:241.5g 食塩相:6.0g	I補給 -1650kcal 卵白ク:56.0g 脂質 :39.6g 炭水化:255.2g 食塩相:5.2g	I補給 -1568kcal 卵白ク:63.8g 脂質 :39.9g 炭水化:232.3g 食塩相:6.1g	I補給 -1662kcal 卵白ク:50.2g 脂質 :48.6g 炭水化:245.9g 食塩相:5.2g	I補給 -1672kcal 卵白ク:53.4g 脂質 :44.5g 炭水化:258.1g 食塩相:5.6g



週間献立表

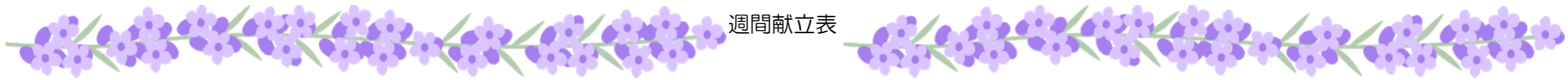


ハートフル瀬谷

透析③

2024年5月12日(日)～2024年5月18日(土)

	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)	5月16日(木)	5月17日(金)	5月18日(土)
朝食	御飯又はパン じゃが芋のそぼろ煮 しらすおろし たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 卵とじ 白菜のゆかり和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ミートボール 枝豆のサラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト	御飯又はパン 豆腐チャンプルー いんげんのピーナツ和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン かぶと油揚げの煮物 キャベツのごまマヨ和え のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 スクランブルエッグ 水菜のサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 野菜炒め マカロニサラダ ふりかけ ヤクルト
	I補給 -435kcal 卵白ク:11.2g 脂質:4.6g 炭水化:83.6g 食塩相:1.4g	I補給 -432kcal 卵白ク:15.8g 脂質:6.8g 炭水化:73.5g 食塩相:1.1g	I補給 -513kcal 卵白ク:15.2g 脂質:12.8g 炭水化:83.2g 食塩相:1.7g	I補給 -468kcal 卵白ク:15.7g 脂質:10.3g 炭水化:74.9g 食塩相:1.3g	I補給 -415kcal 卵白ク:8.5g 脂質:7.4g 炭水化:76.6g 食塩相:1.0g	I補給 -463kcal 卵白ク:13.5g 脂質:13.7g 炭水化:72.1g 食塩相:1.7g	I補給 -476kcal 卵白ク:12.0g 脂質:11.8g 炭水化:77.2g 食塩相:1.2g
昼食	御飯(160g) フルーツ缶 ハンバーグ トマトソース きのこソテー 野菜サラダ	御飯(160g) パンプキンサラダ はんぺんチーズフライ 冬瓜のかにかまあんかけ ブロッコリーの青じそ和え	御飯(160g) 卵ロール 白身魚の南部焼 里芋の煮物 きゃべつののり和え	肉うどん 南瓜の煮物 ブロッコリーサラダ	御飯(160g) フルーツ(みかん缶) 白身魚のトマトソース マカロニカレーソテー スープインドウのドレッシング和え	御飯(160g) 柚子香和え ポークリテ-おろしホ-ン酢のせ れんこんの山椒煮 なすのごま味噌和え	ゆかり御飯 チンゲン菜の炒め物 赤魚の幽庵焼き 五目煮 かたろのゴマドレ和え
	I補給 -515kcal 卵白ク:14.9g 脂質:14.9g 炭水化:79.6g 食塩相:1.8g	I補給 -560kcal 卵白ク:14.8g 脂質:17.4g 炭水化:84.1g 食塩相:2.3g	I補給 -454kcal 卵白ク:22.3g 脂質:5.4g 炭水化:76.7g 食塩相:2.3g	I補給 -519kcal 卵白ク:21.2g 脂質:11.4g 炭水化:79.7g 食塩相:2.8g	I補給 -538kcal 卵白ク:19.5g 脂質:14.4g 炭水化:80.0g 食塩相:1.3g	I補給 -540kcal 卵白ク:20.9g 脂質:15.1g 炭水化:76.6g 食塩相:1.4g	I補給 -420kcal 卵白ク:20.8g 脂質:5.6g 炭水化:69.8g 食塩相:3.0g
夕食	御飯(160g夕) 青菜の香味和え 鯖の金山寺焼き 大根と油揚げの煮物 蒸しなす	御飯(160g夕) 金時煮豆 豚肉の生姜焼き あんかけ豆腐 胡瓜の辛子和え	御飯(160g夕) もやしのソテー 麻婆茄子 カニ焼売 ほうれん草の白和え	御飯(160g夕) 煮浸し 鱈の焼き南蛮漬 ビーフソテー 大根の柚子風味和え	御飯(160g夕) 豆腐サラダ 鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 オクラのポン酢和え	御飯(160g夕) 白菜の煮浸し 白身魚の梅焼き じゃがバター炒め 小松菜のわさび和え	御飯(160g夕) パイン缶 かに玉甘酢あん さつまいも金平 春雨サラダ
	I補給 -555kcal 卵白ク:19.0g 脂質:19.3g 炭水化:71.3g 食塩相:1.7g	I補給 -618kcal 卵白ク:27.8g 脂質:17.0g 炭水化:84.6g 食塩相:1.2g	I補給 -597kcal 卵白ク:17.0g 脂質:24.4g 炭水化:74.4g 食塩相:1.6g	I補給 -493kcal 卵白ク:20.8g 脂質:7.0g 炭水化:82.1g 食塩相:2.1g	I補給 -550kcal 卵白ク:22.8g 脂質:17.6g 炭水化:70.8g 食塩相:2.1g	I補給 -429kcal 卵白ク:20.1g 脂質:6.4g 炭水化:70.7g 食塩相:1.7g	I補給 -566kcal 卵白ク:16.4g 脂質:11.3g 炭水化:95.5g 食塩相:1.6g
おやつ	厚切りバウム	あんドーナツ	栗まんじゅう	今川焼(カスタード)	おせんべい(味しらべ)	黒糖饅頭	たい焼き
	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 -70kcal 卵白ク:1.1g 脂質:2.8g 炭水化:10.2g 食塩相:0.1g	I補給 -93kcal 卵白ク:1.8g 脂質:0.4g 炭水化:20.5g 食塩相:0.0g	I補給 -91kcal 卵白ク:1.6g 脂質:3.2g 炭水化:14.0g 食塩相:0.2g	I補給 -35kcal 卵白ク:0.3g 脂質:1.5g 炭水化:5.1g 食塩相:0.2g	I補給 -66kcal 卵白ク:1.3g 脂質:0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g	I補給 -68kcal 卵白ク:1.5g 脂質:0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g
日計	I補給 -1592kcal 卵白ク:46.3g 脂質:42.5g 炭水化:246.8g 食塩相:4.9g	I補給 -1680kcal 卵白ク:59.5g 脂質:44.0g 炭水化:252.4g 食塩相:4.7g	I補給 -1657kcal 卵白ク:56.3g 脂質:43.0g 炭水化:254.8g 食塩相:5.5g	I補給 -1571kcal 卵白ク:59.3g 脂質:31.9g 炭水化:250.7g 食塩相:6.4g	I補給 -1538kcal 卵白ク:51.1g 脂質:40.9g 炭水化:232.5g 食塩相:4.6g	I補給 -1498kcal 卵白ク:55.8g 脂質:35.3g 炭水化:234.3g 食塩相:4.9g	I補給 -1530kcal 卵白ク:50.7g 脂質:29.2g 炭水化:256.8g 食塩相:6.0g



週間献立表

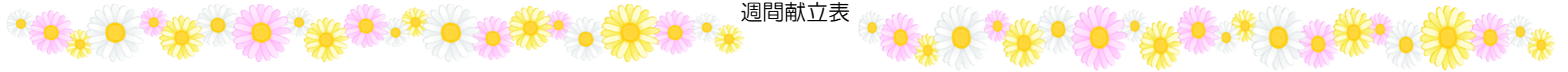
ハートフル瀬谷

透析④

2024年5月19日(日)~2024年5月25日(土)

	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	5月24日(金)	5月25日(土)
朝食	パン又は御飯 ミネストローネ ほうれん草と蒸し鶏のサラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト	御飯又はパン はんぺんの煮物 キャベツともやし胡麻和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 厚焼卵 いんげんのマヨ和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン さつま揚げの甘辛煮 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 フルーツ(パイン缶) ヤクルト	御飯又はパン 白菜のうま煮 春菊のお浸し ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン ミートボール(ホリタリ) 大根のさっぱり和え ふりかけ ヤクルト
	I補給:443kcal 卵白ク:15.7g 脂質:7.7g 炭水化:78.0g 食塩相:2.2g	I補給:408kcal 卵白ク:10.7g 脂質:1.8g 炭水化:84.8g 食塩相:1.4g	I補給:480kcal 卵白ク:14.1g 脂質:10.4g 炭水化:79.8g 食塩相:1.4g	I補給:373kcal 卵白ク:9.6g 脂質:2.1g 炭水化:76.5g 食塩相:1.5g	I補給:486kcal 卵白ク:14.4g 脂質:11.1g 炭水化:81.7g 食塩相:2.0g	I補給:365kcal 卵白ク:8.9g 脂質:2.7g 炭水化:74.5g 食塩相:1.1g	I補給:410kcal 卵白ク:10.8g 脂質:4.6g 炭水化:78.9g 食塩相:1.4g
昼食	御飯(160g) たけのこの葱塩和え 豚肉の南蛮炒め なすのおかか煮 トマトのさっぱり和え	御飯(160g) 豆腐サラダ 鯖の生姜煮 里芋ときのこの炒め物 白菜の磯和え	☆郷土料理(東京都)☆ 深川飯 あおさのりの味噌汁 ちゃんこ鍋風 野菜の酢味噌和え メロンゼリー	ポークカレー ツナサラダ 漬物 ヨーグルトフルーツかけ	御飯(160g) うの花 モチカツとクリームコロッケ 金平ごぼう 長芋とおくらのぼん酢和え	御飯(160g) 中華サラダ 白身魚の竜田揚げ 大根と油揚げの炒め煮 冷奴	御飯(160g) 揚げ餃子 鶏肉の甘酢あんかけ れんこんの甘味噌炒め 白菜とザーサイのナムル
	I補給:577kcal 卵白ク:20.0g 脂質:21.8g 炭水化:70.1g 食塩相:1.6g	I補給:517kcal 卵白ク:23.3g 脂質:13.9g 炭水化:71.3g 食塩相:2.3g	I補給:585kcal 卵白ク:21.1g 脂質:15.3g 炭水化:87.3g 食塩相:2.7g	I補給:618kcal 卵白ク:20.0g 脂質:20.3g 炭水化:86.4g 食塩相:2.5g	I補給:638kcal 卵白ク:15.4g 脂質:21.6g 炭水化:92.5g 食塩相:2.3g	I補給:549kcal 卵白ク:22.6g 脂質:17.7g 炭水化:70.9g 食塩相:2.2g	I補給:613kcal 卵白ク:20.1g 脂質:21.0g 炭水化:81.0g 食塩相:1.7g
夕食	御飯(160g夕) うぐいす煮豆 白身魚の山椒焼 里芋の味噌煮 大根のゆかり和え	御飯(160g夕) 大根のゆず味噌和え 豚肉の醤油麹焼き 小松菜の煮浸し さつま芋サラダ	御飯(160g夕) 青じそ和え 白身魚のマッシュポテト焼き ほうれん草のバターソテー フルーツ(みかん缶)	御飯(160g夕) 玉葱のお浸し 鶏肉のさっぱり酢煮 ブロッコリーの炒め物 白菜の浅漬	御飯(160g夕) マッシュ南瓜 鯖の味噌マヨ焼き もやしと桜エビの炒め物 切干大根の和風サラダ	御飯(160g夕) 里芋の甘みそ和え 豚肉と枝豆のピリ辛炒め ふきのおかか煮 ブロッコリーサラダ	御飯(160g夕) チンゲン菜と錦糸卵の和え物 タラの煮付け いんげんのそぼろ炒め 花野菜サラダ
	I補給:477kcal 卵白ク:18.8g 脂質:4.9g 炭水化:86.5g 食塩相:1.6g	I補給:605kcal 卵白ク:22.5g 脂質:20.1g 炭水化:79.4g 食塩相:1.5g	I補給:430kcal 卵白ク:13.0g 脂質:7.4g 炭水化:74.9g 食塩相:2.1g	I補給:488kcal 卵白ク:21.2g 脂質:13.2g 炭水化:67.5g 食塩相:1.4g	I補給:541kcal 卵白ク:22.1g 脂質:15.4g 炭水化:75.0g 食塩相:1.2g	I補給:554kcal 卵白ク:24.5g 脂質:14.1g 炭水化:79.1g 食塩相:2.1g	I補給:508kcal 卵白ク:23.0g 脂質:14.8g 炭水化:68.3g 食塩相:1.8g
おやつ	オレンジゼリー	ロールケーキ(バニラ)	抹茶のパンケーキ	ミルクブッセ	ワッフル	もみじまんじゅう(あん)	レモンケーキ
	I補給:58kcal 卵白ク:0.1g 脂質:0.8g 炭水化:12.5g 食塩相:0.0g	I補給:93kcal 卵白ク:1.2g 脂質:3.2g 炭水化:14.8g 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	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:121kcal 卵白ク:2.3g 脂質:5.9g 炭水化:14.6g 食塩相:0.2g	I補給:107kcal 卵白ク:2.0g 脂質:2.1g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g	I補給:58kcal 卵白ク:1.2g 脂質:2.5g 炭水化:7.6g 食塩相:0.1g
日計	I補給:1555kcal 卵白ク:54.6g 脂質:35.2g 炭水化:247.1g 食塩相:5.4g	I補給:1623kcal 卵白ク:57.7g 脂質:39.0g 炭水化:250.3g 食塩相:5.4g	I補給:1551kcal 卵白ク:49.2g 脂質:35.2g 炭水化:250.2g 食塩相:6.3g	I補給:1561kcal 卵白ク:51.9g 脂質:37.8g 炭水化:244.9g 食塩相:5.4g	I補給:1786kcal 卵白ク:54.2g 脂質:54.0g 炭水化:263.8g 食塩相:5.7g	I補給:1575kcal 卵白ク:58.0g 脂質:36.6g 炭水化:244.4g 食塩相:5.5g	I補給:1589kcal 卵白ク:55.1g 脂質:42.9g 炭水化:235.8g 食塩相:5.0g

週間献立表



ハートフル瀬谷

透析⑤

2024年5月26日(日)～2024年5月31日(金)

	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)	
朝食	御飯又はパン 豆腐ふんわり天の煮物 キャベツの梅おかか和え 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 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 ラタトゥイユ シエルマカロニサラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト	御飯又はパン かぶとツナの煮物 小松菜のナムル たいみそ ヤクルト	パン又は御飯 ウインナーのスープ煮 スパゲッティサラダ フルーツ(カクテル缶) ヤクルト	御飯又はパン 厚焼き玉子 いんげんの信田和え たいみそ ヤクルト	
	I補給 -406kcal 卵白ク:9.5g 脂質:5.4g 炭水化:77.4g 食塩相:1.4g	I補給 -378kcal 卵白ク:11.5g 脂質:4.1g 炭水化:72.4g 食塩相:1.0g	I補給 -524kcal 卵白ク:13.8g 脂質:16.6g 炭水化:80.0g 食塩相:2.2g	I補給 -429kcal 卵白ク:11.0g 脂質:6.2g 炭水化:79.4g 食塩相:1.1g	I補給 -407kcal 卵白ク:9.1g 脂質:11.6g 炭水化:66.4g 食塩相:1.4g	I補給 -459kcal 卵白ク:11.5g 脂質:7.7g 炭水化:84.0g 食塩相:1.3g	
昼食	御飯(160g) サラタケ葱塩 鯖の塩焼き にらの卵とじ レタスの酢味噌和え	御飯 なめこおろし 鶏肉の治部煮 なすの炒め物 キャベツと竹輪の辛子和え	御飯 卵とうふ 白身魚の粒マスタード焼き れんこんのピリ辛煮 マスカットゼリー	☆誕生日セレクト☆ Aリースかつ丼 B海老天丼 漬物 もやしのそぼろ炒め 花野菜サラダ マンゴープリン	御飯(160g) チンゲン菜の中華炒め 豚肉の卵とじ 根菜のおかか煮 たたき胡瓜	御飯(160g) 冷奴 鱈の野菜あんかけ 大豆とひじきの煮物 浅漬け	
	I補給 -600kcal 卵白ク:23.9g 脂質:23.7g 炭水化:66.7g 食塩相:2.2g	I補給 -610kcal 卵白ク:23.0g 脂質:20.3g 炭水化:79.8g 食塩相:2.3g	I補給 -532kcal 卵白ク:19.6g 脂質:13.3g 炭水化:80.6g 食塩相:1.1g	I補給 -593kcal 卵白ク:18.7g 脂質:16.4g 炭水化:89.7g 食塩相:1.9g	I補給 -496kcal 卵白ク:21.7g 脂質:11.9g 炭水化:72.2g 食塩相:1.7g	I補給 -459kcal 卵白ク:23.9g 脂質:7.3g 炭水化:72.9g 食塩相:1.9g	
夕食	御飯(160gタ) フルーツ(パイン缶) 牛カルビ炒め さつま芋の甘煮 枝豆サラダ	御飯(160gタ) 漬物 豆腐ステーキ肉味噌かけ 五目ひじき煮 もやしのごま酢和え	御飯(160gタ) 大根サラダ 肉野菜炒め 厚揚げの煮物 オクラの土佐和え	御飯(160gタ) いんげんの煮浸し 豚肉の八丁味噌炒め じゃがいもの煮物 白菜の梅肉和え	御飯(160gタ) 漬物 照り焼ハンバーグ ほうれん草のくるみ和え 高野豆腐の含め煮	御飯(160gタ) うぐいす煮豆 蒸し鶏のごまだれ 金平ごぼう トマトとワカメのサラダ	
	I補給 -663kcal 卵白ク:17.2g 脂質:22.9g 炭水化:92.6g 食塩相:1.9g	I補給 -564kcal 卵白ク:25.2g 脂質:16.8g 炭水化:75.2g 食塩相:2.2g	I補給 -579kcal 卵白ク:25.0g 脂質:20.1g 炭水化:70.6g 食塩相:1.5g	I補給 -542kcal 卵白ク:21.5g 脂質:14.3g 炭水化:78.4g 食塩相:2.3g	I補給 -467kcal 卵白ク:16.6g 脂質:12.3g 炭水化:70.6g 食塩相:1.8g	I補給 -582kcal 卵白ク:22.8g 脂質:14.3g 炭水化:85.6g 食塩相:1.9g	
おやつ	杏仁豆腐	チョコブッセ	パインムース	お誕生日ケーキ	ロールケーキ(チョコ)	いちごクレープ	
	I補給 -28kcal 卵白ク:0.4g 脂質:0.1g 炭水化:6.2g 食塩相:0.0g	I補給 -89kcal 卵白ク:1.2g 脂質:3.2g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	I補給 -52kcal 卵白ク:1.3g 脂質:1.3g 炭水化:10.2g 食塩相:0.2g	I補給 -55kcal 卵白ク:0.7g 脂質:3.2g 炭水化:5.9g 食塩相:0.0g	I補給 -93kcal 卵白ク:1.3g 脂質:5.0g 炭水化:10.8g 食塩相:0.1g	I補給 -89kcal 卵白ク:1.0g 脂質:5.5g 炭水化:8.8g 食塩相:0.1g	
日計	I補給 -1697kcal 卵白ク:51.0g 脂質:52.1g 炭水化:242.9g 食塩相:5.5g	I補給 -1641kcal 卵白ク:60.9g 脂質:44.4g 炭水化:241.3g 食塩相:5.6g	I補給 -1687kcal 卵白ク:59.7g 脂質:51.3g 炭水化:241.4g 食塩相:4.9g	I補給 -1619kcal 卵白ク:51.9g 脂質:40.1g 炭水化:253.4g 食塩相:5.4g	I補給 -1463kcal 卵白ク:48.7g 脂質:40.8g 炭水化:220.0g 食塩相:5.0g	I補給 -1589kcal 卵白ク:59.2g 脂質:34.8g 炭水化:251.3g 食塩相:5.2g	