



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析①

2024年5月26日(日)~2024年6月1日(土)

	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)	6月1日(土)
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 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	御飯又はパン 厚揚げと大根の煮物 春菊のおかか和え ふりかけ 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	I補給:-390kcal 卵白ク:10.9g 脂質:4.9g 炭水化:73.7g 食塩相:0.8g
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ソースカツ丼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	御飯(160g) 青のりポテト 白身魚フライ マカロニソテー 豆サラダ
	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	I補給:-581kcal 卵白ク:18.4g 脂質:13.4g 炭水化:94.6g 食塩相:2.5g
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	御飯(160gタ) フルーツ(黄桃缶) 鶏肉のオイスターソース炒め 焼売 蒸しなす
	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	I補給:-532kcal 卵白ク:23.7g 脂質:11.9g 炭水化:78.9g 食塩相:1.7g
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	黒糖まんじゅう
	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	I補給:-66kcal 卵白ク:1.3g 脂質:0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g
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	I補給:-1569kcal 卵白ク:54.3g 脂質:30.3g 炭水化:262.1g 食塩相:5.0g

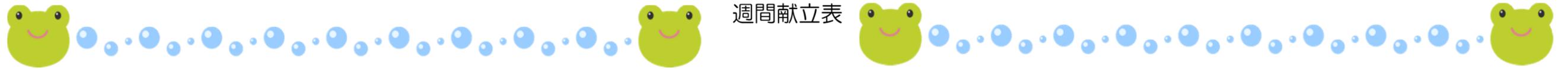
週間献立表

ハートフル瀬谷

透析②

2024年6月2日(日)~2024年6月8日(土)

	6月2日(日)	6月3日(月)	6月4日(火)	6月5日(水)	6月6日(木)	6月7日(金)	6月8日(土)
朝食	御飯又はパン 里芋のそぼろ煮 胡瓜とかまぼこのわさび和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン お魚ボールの煮物 白菜の酢の物 のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 カリフラワーの梅肉和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 肉団子のトマト煮 マカロニサラダ カクテル缶 ヤクルト	御飯又はパン 大根と油揚げの煮物 ブロッコリーのおかか和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 白菜の中華炒め ほうれん草のからし和え たいみそ ヤクルト	パン又は御飯 プレーンオムレツ スパゲティサラダ フルーツ(パイン缶) ヤクルト
	I補給 -424kcal 卵白ク:12.6g 脂質 :4.4g 炭水化:80.4g 食塩相:1.1g	I補給 -438kcal 卵白ク:9.5g 脂質 :6.0g 炭水化:83.3g 食塩相:1.3g	I補給 -454kcal 卵白ク:15.8g 脂質 :9.4g 炭水化:73.5g 食塩相:1.3g	I補給 -563kcal 卵白ク:16.7g 脂質 :15.3g 炭水化:89.6g 食塩相:2.0g	I補給 -387kcal 卵白ク:10.4g 脂質 :3.3g 炭水化:77.9g 食塩相:0.9g	I補給 -399kcal 卵白ク:12.2g 脂質 :4.2g 炭水化:75.6g 食塩相:1.6g	I補給 -517kcal 卵白ク:14.9g 脂質 :14.0g 炭水化:82.1g 食塩相:2.1g
昼食	御飯(160g) 竹輪の磯辺揚げ 肉豆腐(豚肉) 青菜の和風ソテー ポテトサラダ	御飯(160g) 焼きぎょうざ 白身魚のチリソース じゃがいもの煮物 春雨サラダ	御飯(160g) 大根浅漬 鶏肉の味噌マヨ焼き 南瓜の煮物 ほうれん草のピ-ツ和え	御飯(160g) 蒸し鶏の和え物 鱈の焼き南蛮 もやしの炒め物 キャベツの塩昆布和え	ビーフカレー コールスローサラダ 漬物 ヨーグルトキウイソース	御飯(160g) チンゲン菜の香り炒め 豚肉の韓国風炒め 大根のかにかまあんかけ 胡瓜と錦糸卵の和え物	御飯(160g) 大根サラダ 鶏肉のゆず胡椒焼き 高野豆腐の煮物 春菊のごま和え
	I補給 -665kcal 卵白ク:26.3g 脂質 :26.1g 炭水化:77.5g 食塩相:1.8g	I補給 -549kcal 卵白ク:15.1g 脂質 :11.3g 炭水化:92.2g 食塩相:2.6g	I補給 -619kcal 卵白ク:20.7g 脂質 :22.6g 炭水化:79.4g 食塩相:2.0g	I補給 -449kcal 卵白ク:24.1g 脂質 :6.8g 炭水化:70.2g 食塩相:1.7g	I補給 -583kcal 卵白ク:16.1g 脂質 :17.1g 炭水化:87.7g 食塩相:2.3g	I補給 -519kcal 卵白ク:21.4g 脂質 :14.3g 炭水化:71.6g 食塩相:2.3g	I補給 -536kcal 卵白ク:23.5g 脂質 :16.9g 炭水化:69.0g 食塩相:1.7g
夕食	御飯(160gタ) しろ菜のお浸し 鱈のバター醤油焼き 大根金平 もやしの和え物	御飯(160gタ) さつまいもの甘煮 豚肉の生姜焼 ブロッコリーの和風あんかけ 大根サラダ	菜飯 キャベツのサラダ めばるの煮付け ピーマンの炒め物 いんげんのごまドレ和え	御飯(160gタ) しば漬け 鶏肉の葱塩焼き 里芋の煮物 青梗菜のさっぱり和え	御飯(160gタ) なると煮 鱈の胡麻味噌焼き 車麩の卵とし 胡瓜とザーサイの和え物	御飯(160gタ) キャベツのゆかり和え タンドリーチキン じゃが芋のバターソテー カリフラワーのマリネ	御飯(160gタ) 白菜の浅漬 白身魚の蒲焼 さつまいものオレンジ煮 ブロッコリーの生姜和え
	I補給 -426kcal 卵白ク:19.2g 脂質 :7.2g 炭水化:68.3g 食塩相:2.1g	I補給 -537kcal 卵白ク:23.8g 脂質 :15.8g 炭水化:71.2g 食塩相:2.0g	I補給 -469kcal 卵白ク:20.7g 脂質 :10.4g 炭水化:71.6g 食塩相:2.1g	I補給 -484kcal 卵白ク:18.9g 脂質 :11.7g 炭水化:71.3g 食塩相:1.8g	I補給 -545kcal 卵白ク:26.0g 脂質 :14.4g 炭水化:72.8g 食塩相:2.3g	I補給 -520kcal 卵白ク:19.6g 脂質 :15.4g 炭水化:72.2g 食塩相:1.4g	I補給 -477kcal 卵白ク:19.7g 脂質 :2.8g 炭水化:90.4g 食塩相:1.7g
おやつ	シュークリーム	ドーナツ	オレンジゼリー	カステラ	手作りおやつ 抹茶甘納豆蒸しパン	牛乳まんじゅう	和のパンケーキ(きなこ)
	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 -114kcal 卵白ク:1.7g 脂質 :5.5g 炭水化:14.8g 食塩相:0.2g	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 -83kcal 卵白ク:1.7g 脂質 :1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g	I補給 -166kcal 卵白ク:2.7g 脂質 :1.0g 炭水化:37.1g 食塩相:0.4g	I補給 -52kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :0.7g 炭水化:10.5g 食塩相:0.0g	I補給 -55kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :1.9g 炭水化:8.7g 食塩相:0.1g
日計	I補給 -1592kcal 卵白ク:60.3g 脂質 :42.7g 炭水化:231.9g 食塩相:5.2g	I補給 -1638kcal 卵白ク:50.1g 脂質 :38.6g 炭水化:261.5g 食塩相:6.2g	I補給 -1600kcal 卵白ク:57.3g 脂質 :43.2g 炭水化:237.0g 食塩相:5.5g	I補給 -1579kcal 卵白ク:61.4g 脂質 :34.8g 炭水化:247.8g 食塩相:5.5g	I補給 -1681kcal 卵白ク:55.2g 脂質 :35.8g 炭水化:275.5g 食塩相:5.9g	I補給 -1490kcal 卵白ク:54.2g 脂質 :34.6g 炭水化:229.9g 食塩相:5.2g	I補給 -1585kcal 卵白ク:59.1g 脂質 :35.6g 炭水化:250.2g 食塩相:5.6g



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析③

2024年6月9日(日)~2024年6月15日(土)

	6月9日(日)	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)
朝食	御飯又はパン がんもの煮物 いんげんのマヨ醤油和え のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 炒り卵 タラモサラダ ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 野菜のコンソメソテー ブロッコリーサラダ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 肉団子のクリーム煮 チーズサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 中華炒め キャベツの醤油マヨ和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 卵とじ 白菜のなめたけ和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 肉団子 枝豆のサラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト
	I補給 -444kcal 卵白ク:10.4g 脂質 :9.3g 炭水化:77.3g 食塩相:1.5g	I補給 -485kcal 卵白ク:12.7g 脂質 :12.2g 炭水化:77.2g 食塩相:1.4g	I補給 -406kcal 卵白ク:12.8g 脂質 :5.9g 炭水化:74.1g 食塩相:0.9g	I補給 -530kcal 卵白ク:18.6g 脂質 :12.0g 炭水化:87.5g 食塩相:2.2g	I補給 -430kcal 卵白ク:11.3g 脂質 :7.7g 炭水化:76.4g 食塩相:1.1g	I補給 -435kcal 卵白ク:16.1g 脂質 :6.9g 炭水化:73.2g 食塩相:1.2g	I補給 -459kcal 卵白ク:15.9g 脂質 :8.9g 炭水化:78.9g 食塩相:2.2g
昼食	御飯(160g) マカロニサラダ 鯖の大葉味噌焼き 根菜の煮物 白菜の和え物	【あじさい御膳】 ゆかり御飯 清し汁 2種のアジフライ 炊き合わせ/茶碗蒸し あじさいゼリー	豚肉となすのおろしうどん ほうれん草のくるみ和え パイン	御飯(160g) 焼売 カレイの中華あんかけ 青菜の香味炒め 白菜の中華和え	御飯(160g) ポテトフライ ハンバーグ ミモザサラダ みかんヨーグルト	御飯(160g) 薄切りポテトサラダ ピーマン肉詰めフライ ひじきの煮物 小松菜のお浸し	筍ごはん じゃが芋の和え物 鱈の利休焼き 里芋の煮物 山吹和え
	I補給 -595kcal 卵白ク:20.9g 脂質 :18.8g 炭水化:80.9g 食塩相:2.0g	I補給 -720kcal 卵白ク:26.4g 脂質 :24.1g 炭水化:95.3g 食塩相:3.1g	I補給 -473kcal 卵白ク:16.8g 脂質 :14.4g 炭水化:67.0g 食塩相:2.9g	I補給 -469kcal 卵白ク:22.6g 脂質 :9.5g 炭水化:70.3g 食塩相:2.2g	I補給 -658kcal 卵白ク:18.7g 脂質 :23.4g 炭水化:88.6g 食塩相:2.1g	I補給 -563kcal 卵白ク:13.4g 脂質 :18.5g 炭水化:84.8g 食塩相:2.5g	I補給 -473kcal 卵白ク:21.0g 脂質 :11.7g 炭水化:68.5g 食塩相:1.5g
夕食	御飯(160gタ) うぐいす煮豆 ゆで豚(ごまだれ) 温奴 カラフルサラダ	御飯(160gタ) 漬物 豚肉ときのこの炒め物 切干大根の煮物 おくらの和え物	御飯(160gタ) ワカメサラダ 麻婆豆腐 にらまんじゅう 三色ナムル	御飯(160gタ) 野菜のコンソメ煮 ハニーマスタードチキン じゃが芋のバター炒め いんげんとツナのサラダ	御飯(160gタ) マッシュ南瓜 白身魚の金山寺焼き 白菜の信田煮 トマトとオクラの和え物	御飯(160gタ) さつま芋バターソテー 豚肉のしょうゆ麴炒め 厚揚げの煮物 チンゲン菜の辛子マヨ和え	御飯(160gタ) もやしサラダ 八宝菜 かに焼売 カリフラワーの青じそ和え
	I補給 -602kcal 卵白ク:25.5g 脂質 :16.6g 炭水化:82.7g 食塩相:1.6g	I補給 -511kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :14.5g 炭水化:69.4g 食塩相:1.8g	I補給 -550kcal 卵白ク:22.7g 脂質 :18.0g 炭水化:71.6g 食塩相:2.1g	I補給 -601kcal 卵白ク:21.2g 脂質 :19.8g 炭水化:80.2g 食塩相:1.5g	I補給 -466kcal 卵白ク:20.0g 脂質 :6.1g 炭水化:80.7g 食塩相:1.5g	I補給 -647kcal 卵白ク:24.0g 脂質 :22.8g 炭水化:83.0g 食塩相:1.4g	I補給 -497kcal 卵白ク:17.4g 脂質 :12.9g 炭水化:75.3g 食塩相:1.5g
おやつ	もみじまんじゅう(あん)	季節の和菓子	ロールケーキ(チョコ)	いちごクレープ	せんべい	チョコバウム	ワッフル(ホイップ & カスタード)
	I補給 -1107kcal 卵白ク:2.0g 脂質 :2.1g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g	I補給 -72kcal 卵白ク:1.4g 脂質 :0.1g 炭水化:16.5g 食塩相:0.0g	I補給 -95kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :3.6g 炭水化:14.2g 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	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 -81kcal 卵白ク:1.4g 脂質 :3.5g 炭水化:10.9g 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
日計	I補給 -1748kcal 卵白ク:58.8g 脂質 :46.8g 炭水化:260.8g 食塩相:5.2g	I補給 -1788kcal 卵白ク:63.4g 脂質 :50.9g 炭水化:258.4g 食塩相:6.4g	I補給 -1524kcal 卵白ク:53.8g 脂質 :41.9g 炭水化:226.9g 食塩相:6.0g	I補給 -1689kcal 卵白ク:63.4g 脂質 :46.8g 炭水化:246.8g 食塩相:5.9g	I補給 -1605kcal 卵白ク:50.5g 脂質 :38.6g 炭水化:254.7g 食塩相:5.0g	I補給 -1726kcal 卵白ク:54.9g 脂質 :51.7g 炭水化:251.9g 食塩相:5.2g	I補給 -1550kcal 卵白ク:56.6g 脂質 :39.4g 炭水化:237.3g 食塩相:5.3g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析④

2024年6月16日(日)~2024年6月22日(土)

	6月16日(日)	6月17日(月)	6月18日(火)	6月19日(水)	6月20日(木)	6月21日(金)	6月22日(土)
朝食	御飯又はパン 豆腐チャンプルー キャベツのゆかり和え 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 スクランブルエッグ カラフルサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 甘辛肉団子 マカロニサラダ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ミネストローネ かに風サラダ フルーツ(みかん缶) ヤクルト	御飯又はパン 厚焼卵 いんげんのごま和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン はんぺん煮 春菊の土佐和え ふりかけ ヤクルト
	I補給 -438kcal 卵白ク:16.0g 脂質 :7.8g 炭水化:73.1g 食塩相:1.0g	I補給 -431kcal 卵白ク:12.2g 脂質 :6.1g 炭水化:79.4g 食塩相:1.7g	I補給 -493kcal 卵白ク:14.2g 脂質 :13.7g 炭水化:77.7g 食塩相:1.7g	I補給 -498kcal 卵白ク:11.9g 脂質 :12.1g 炭水化:82.8g 食塩相:1.3g	I補給 -448kcal 卵白ク:15.8g 脂質 :11.6g 炭水化:71.5g 食塩相:1.9g	I補給 -461kcal 卵白ク:11.1g 脂質 :7.4g 炭水化:85.3g 食塩相:1.5g	I補給 -412kcal 卵白ク:12.6g 脂質 :3.6g 炭水化:80.7g 食塩相:1.5g
昼食	御飯(160g) たまごサラダ 豚肉のしぐれ煮 青菜の和風炒め 胡瓜とハムの和え物	月見そば ブロッコリーの香り炒め ごぼうサラダ	【世界の料理・ロシア】 バターライス チーズはんぺんフライ ビーフストロガノフ オリヴィエサラダ ぶどうムース	御飯(160g) みかん缶 サーモンフライ 南瓜のレーズン煮 カリフラワーマリネ	御飯(160g) 春菊の信田和え 蒸し鶏と彩野菜の胡麻だれ れんこんのおかか煮 トマトのさっぱり和え	御飯(160g) 水餃子 白身魚の香味醤油かけ 野菜の中華ソテー 大根サラダ	チキンカレー 野菜サラダ 漬物 フルーツ缶
	I補給 -608kcal 卵白ク:22.7g 脂質 :23.8g 炭水化:72.1g 食塩相:2.7g	I補給 -446kcal 卵白ク:20.0g 脂質 :14.6g 炭水化:57.6g 食塩相:3.8g	I補給 -861kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :41.1g 炭水化:98.1g 食塩相:3.2g	I補給 -573kcal 卵白ク:16.3g 脂質 :13.8g 炭水化:93.5g 食塩相:1.0g	I補給 -494kcal 卵白ク:20.7g 脂質 :12.5g 炭水化:71.0g 食塩相:1.8g	I補給 -547kcal 卵白ク:23.6g 脂質 :17.1g 炭水化:71.5g 食塩相:2.0g	I補給 -509kcal 卵白ク:13.3g 脂質 :12.7g 炭水化:81.5g 食塩相:2.4g
夕食	御飯(160gタ) 焼売 赤魚の甘酢あんかけ ふろふき大根 白菜浅漬	御飯(160gタ) 漬物 擬製豆腐 さつま芋の甘煮 オクラのポン酢和え	御飯(160gタ) 白菜のお浸し 白身魚の香味焼き ぜんまいの炒め煮 ひじきサラダ	御飯(160gタ) チンゲン菜のお浸し 豚肉のオイスター炒め 豆腐のけんちん煮 大根のしその実和え	御飯(160gタ) きのこソテー 鯖の山椒焼き 里芋の味噌煮 白和え	御飯(160gタ) 漬物 豚肉の甘辛炒め 切干と厚揚げの煮物 わかめサラダ	御飯(160gタ) 水菜サラダ 鱈のマッシュポテト焼き 野菜と卵のソテー スパゲティサラダ
	I補給 -492kcal 卵白ク:19.2g 脂質 :9.2g 炭水化:78.9g 食塩相:2.3g	I補給 -558kcal 卵白ク:22.4g 脂質 :11.8g 炭水化:87.1g 食塩相:1.6g	I補給 -408kcal 卵白ク:14.7g 脂質 :7.1g 炭水化:70.1g 食塩相:2.0g	I補給 -546kcal 卵白ク:24.8g 脂質 :15.7g 炭水化:71.9g 食塩相:1.7g	I補給 -582kcal 卵白ク:20.4g 脂質 :22.0g 炭水化:72.9g 食塩相:1.5g	I補給 -582kcal 卵白ク:22.2g 脂質 :16.4g 炭水化:82.5g 食塩相:1.5g	I補給 -603kcal 卵白ク:23.0g 脂質 :19.7g 炭水化:80.4g 食塩相:1.7g
おやつ	ロールケーキ(バニラ)	たいやき	ミニエクレア	抹茶ババロア	せんべい	ブッセ(クリーム)	人形焼(こしあん)
	I補給 -95kcal 卵白ク:1.3g 脂質 :3.9g 炭水化:13.9g 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 -89kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :6.6g 炭水化:6.2g 食塩相:0.1g	I補給 -65kcal 卵白ク:1.9g 脂質 :2.3g 炭水化:9.0g 食塩相:0.0g	I補給 -48kcal 卵白ク:0.6g 脂質 :1.9g 炭水化:7.1g 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 -75kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :1.3g 炭水化:14.3g 食塩相:0.0g
日計	I補給 -1633kcal 卵白ク:59.2g 脂質 :44.7g 炭水化:238.0g 食塩相:6.0g	I補給 -1503kcal 卵白ク:56.1g 脂質 :33.0g 炭水化:238.4g 食塩相:7.2g	I補給 -1851kcal 卵白ク:51.2g 脂質 :68.5g 炭水化:252.1g 食塩相:7.0g	I補給 -1682kcal 卵白ク:54.9g 脂質 :43.9g 炭水化:257.2g 食塩相:4.0g	I補給 -1572kcal 卵白ク:57.5g 脂質 :48.0g 炭水化:222.5g 食塩相:5.4g	I補給 -1672kcal 卵白ク:58.0g 脂質 :43.1g 炭水化:253.8g 食塩相:5.0g	I補給 -1599kcal 卵白ク:50.4g 脂質 :37.3g 炭水化:256.9g 食塩相:5.6g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析⑤

2024年6月23日(日)~2024年6月29日(土)

	6月23日(日)	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)
朝食	御飯又はパン さつま揚げの甘辛煮 ツナサラダ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 白菜と竹輪の塩炒め 三色サラダ フルーツ (パイン缶) ヤクルト	御飯又はパン ふんわり真薯煮 甘酢和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 目玉焼き風オムレツ シェルマカロニサラダ ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 高野豆腐の含め煮 小松菜のナムル たいみそ ヤクルト	御飯又はパン えびと野菜のコンソメソテー 和風サラダ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ウインナーソテー 大根サラダ フルーツ (みかん缶) ヤクルト
	I補給 -459kcal 卵白ク:13.2g 脂質 :10.1g 炭水化:75.9g 食塩相:1.4g	I補給 -440kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :10.7g 炭水化:73.8g 食塩相:1.6g	I補給 -446kcal 卵白ク:10.7g 脂質 :7.8g 炭水化:80.8g 食塩相:1.4g	I補給 -471kcal 卵白ク:9.6g 脂質 :12.1g 炭水化:78.7g 食塩相:1.5g	I補給 -407kcal 卵白ク:10.0g 脂質 :3.9g 炭水化:79.8g 食塩相:1.2g	I補給 -411kcal 卵白ク:13.8g 脂質 :5.2g 炭水化:75.0g 食塩相:1.1g	I補給 -407kcal 卵白ク:9.3g 脂質 :8.1g 炭水化:72.9g 食塩相:1.8g
昼食	御飯 (160g) 卵豆腐 鱈の生姜煮 里芋ときのこのバターソテー 白菜のゆかり和え	御飯 (160g) 柚子香和え 和風ハンバーグ 厚揚げの山椒煮 なすのごま味噌和え	御飯 (160g) 中華サラダ 豚肉と玉子の中華炒め 海老シューマイ 杏仁豆腐	御飯 (160g) トマト煮 白身魚のクリームソースがけ キャベツソテー フレンチサラダ	☆お誕生日セレクト☆ 御飯/清し汁 A牛しゃぶ B和風豆乳グラタン もやしと小エビの炒め物 花野菜サラダ	御飯 (160g) マカロニサラダ 鱈のバター醤油がけ 大根金平 もやしの和え物	御飯 (160g) 煮豆 かに玉風 筍のうま煮炒め 春雨サラダ
	I補給 -475kcal 卵白ク:22.2g 脂質 :9.0g 炭水化:73.0g 食塩相:2.0g	I補給 -544kcal 卵白ク:20.4g 脂質 :15.5g 炭水化:78.5g 食塩相:2.1g	I補給 -536kcal 卵白ク:18.9g 脂質 :15.7g 炭水化:75.0g 食塩相:2.0g	I補給 -494kcal 卵白ク:21.4g 脂質 :7.9g 炭水化:82.1g 食塩相:1.8g	I補給 -493kcal 卵白ク:22.7g 脂質 :14.5g 炭水化:64.3g 食塩相:1.9g	I補給 -523kcal 卵白ク:19.9g 脂質 :15.4g 炭水化:72.8g 食塩相:2.2g	I補給 -584kcal 卵白ク:19.2g 脂質 :12.9g 炭水化:94.4g 食塩相:1.9g
夕食	御飯 (160gタ) さつま芋のごま味噌和え 豚肉のとろみ炒め 小松菜の煮浸し 切干大根のサラダ	御飯 (160gタ) ほうれん草となめこの和え物 照り焼きチキン 大根の炒め煮 マカロニサラダ	御飯 (160gタ) 里芋のバター醤油炒め 鱈の竜田揚げ 蓮根のおかか煮 いんげんの和え物	御飯 (160gタ) ほうれん草の煮浸し 鶏肉のけずりかつお焼 豆腐のくず煮 白菜のしその実和え	御飯 (160gタ) なすのお浸し 鯖の煮付け 大豆五目煮 いんげんのくるみ和え	御飯 (160gタ) 胡瓜の浅漬 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タ) ひじきと蓮根のサラダ 鯖の塩焼き 炒り豆腐 スプラウトサラダ
	I補給 -553kcal 卵白ク:22.7g 脂質 :14.5g 炭水化:79.5g 食塩相:1.7g	I補給 -575kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :19.2g 炭水化:74.4g 食塩相:1.9g	I補給 -512kcal 卵白ク:20.0g 脂質 :11.6g 炭水化:78.3g 食塩相:1.6g	I補給 -517kcal 卵白ク:23.8g 脂質 :14.7g 炭水化:68.0g 食塩相:2.3g	I補給 -582kcal 卵白ク:21.5g 脂質 :21.0g 炭水化:73.4g 食塩相:2.1g	I補給 -580kcal 卵白ク:24.9g 脂質 :14.9g 炭水化:81.4g 食塩相:2.3g	I補給 -634kcal 卵白ク:27.5g 脂質 :24.6g 炭水化:70.9g 食塩相:2.3g
おやつ	アセロラゼリー	プチシュー	抹茶パンケーキ	どら焼き	お誕生日ケーキ	厚切バウム	青りんごゼリー
	I補給 -30kcal 卵白ク:0.0g 脂質 :0.0g 炭水化:7.6g 食塩相:0.0g	I補給 -49kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :3.1g 炭水化:4.3g 食塩相:0.0g	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 -142kcal 卵白ク:3.3g 脂質 :1.3g 炭水化:29.4g 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 -87kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :3.7g 炭水化:12.3g 食塩相:0.1g	I補給 -62kcal 卵白ク:0.1g 脂質 :0.8g 炭水化:13.6g 食塩相:0.0g
日計	I補給 -1517kcal 卵白ク:58.1g 脂質 :33.6g 炭水化:236.0g 食塩相:5.2g	I補給 -1608kcal 卵白ク:56.4g 脂質 :48.5g 炭水化:231.0g 食塩相:5.7g	I補給 -1550kcal 卵白ク:50.6g 脂質 :37.2g 炭水化:242.3g 食塩相:5.1g	I補給 -1624kcal 卵白ク:58.1g 脂質 :36.0g 炭水化:258.2g 食塩相:5.7g	I補給 -1537kcal 卵白ク:54.9g 脂質 :42.6g 炭水化:223.4g 食塩相:5.2g	I補給 -1601kcal 卵白ク:59.8g 脂質 :39.2g 炭水化:241.5g 食塩相:5.7g	I補給 -1687kcal 卵白ク:56.1g 脂質 :46.4g 炭水化:251.8g 食塩相:6.1g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析⑤

2024年6月30日(日)

6月30日(日)							
朝食	御飯又はパン						
	豆腐ハンバーグ ほうれん草のお浸し ふりかけ ヤクルト						
I補給 :437kcal  タンパク:13.6g 脂質 :7.8g  炭水化:75.8g 食塩相:1.7g							
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 なすとピーマンの味噌炒め もやしサラダ						
I補給 :493kcal  タンパク:14.8g 脂質 :13.0g  炭水化:77.5g 食塩相:2.3g							
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						
I補給 :560kcal  タンパク:22.9g 脂質 :18.3g  炭水化:71.3g 食塩相:1.4g							
おやつ	チョコクレープ						
I補給 :89kcal  タンパク:1.0g 脂質 :5.2g  炭水化:9.3g 食塩相:0.1g							
日計	I補給 :1579kcal  タンパク:52.3g 脂質 :44.3g  炭水化:233.9g 食塩相:5.5g						