



透析①

2024年6月30日(日)～2024年7月6日(土)

	6月30日(日)	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)
朝食	御飯又はパン	パン又は御飯	御飯又はパン	御飯又はパン	御飯又はパン	パン又は御飯	御飯又はパン
	豆腐ハンバーグ	トマトビーンズ	肉団子と冬瓜の煮物	豆腐しんじょの銀あんかけ	ツナじゃが	ミートオムレツ	野菜炒め
	ほうれん草のお浸し	オクラのサラダ	いんげんの味噌マヨ和え	小松菜のわさび和え	ほうれん草のお浸し	ポテトサラダ	いんげんのピーナツ和え
	ふりかけ	フルーツ缶（黄桃）	のり佃煮	ふりかけ	ふりかけ	カクテル缶	たいみそ
	ヤクルト	ヤクルト	ヤクルト	ヤクルト	ヤクルト	ヤクルト	ヤクルト
	I補給 ー:437kcal タバク:13.6g 脂質 ー:7.8g 炭水化:75.8g 食塩相:1.7g	I補給 ー:447kcal タバク:14.2g 脂質 ー:7.9g 炭水化:80.2g 食塩相:1.7g	I補給 ー:450kcal タバク:10.2g 脂質 ー:8.9g 炭水化:80.0g 食塩相:1.5g	I補給 ー:424kcal タバク:10.8g 脂質 ー:7.8g 炭水化:74.7g 食塩相:1.6g	I補給 ー:425kcal タバク:11.8g 脂質 ー:4.5g 炭水化:81.6g 食塩相:1.4g	I補給 ー:486kcal タバク:14.8g 脂質 ー:10.6g 炭水化:82.4g 食塩相:2.1g	I補給 ー:407kcal タバク:12.0g 脂質 ー:4.3g 炭水化:78.1g 食塩相:1.2g
昼食	御飯（160g）	御飯（160g）	御飯（160g）	御飯（160g）	御飯（160g）	焼き鳥丼	【七夕】
	ポテトのバター醤油ソテー	マカロニサラダ	水餃子	大根の煮物	豆サラダ	白菜のお浸し	七夕そうめん
	白身魚のきのこソース	鶏肉のおろし煮	鯖の中華蒸し	鶏肉の味噌だれ焼	鰯のゆず胡椒焼き	スナップさやの塩炒め	夏野菜の煮物
	なすとピーマンの味噌炒め	れんこんピリ辛炒め	里芋の煮物	もやしの和風炒め	キャベツのカレー炒め	ぶどうムース	パイン
	もやしサラダ	チンゲン菜のナムル	カリフラワーの土佐和え	コロコロサラダ	とろろ芋		
	I補給 ー:493kcal タバク:14.8g 脂質 ー:13.0g 炭水化:77.5g 食塩相:2.3g	I補給 ー:635kcal タバク:23.4g 脂質 ー:23.3g 炭水化:77.8g 食塩相:1.8g	I補給 ー:601kcal タバク:21.2g 脂質 ー:19.6g 炭水化:80.9g 食塩相:2.4g	I補給 ー:584kcal タバク:20.0g 脂質 ー:21.8g 炭水化:71.7g 食塩相:1.9g	I補給 ー:496kcal タバク:22.5g 脂質 ー:11.1g 炭水化:73.9g 食塩相:1.9g	I補給 ー:553kcal タバク:22.0g 脂質 ー:16.0g 炭水化:77.7g 食塩相:1.8g	I補給 ー:402kcal タバク:19.2g 脂質 ー:11.5g 炭水化:53.4g 食塩相:3.2g
夕食	御飯（160gタ）	御飯（160gタ）	御飯（160gタ）	御飯（160gタ）	御飯（160gタ）	御飯（160gタ）	御飯（160gタ）
	漬物	青菜の煮浸し	しその実漬け	青菜の炒め煮	ピクルス	豆腐サラダ	うぐいす煮豆
	鶏肉のカレーパン粉焼	めばるの照り焼き	豚肉の塩麹焼き	サーモンフライ	ハンバーグクリームソースかけ	鯖の西京焼	豚しゃぶ
	ツナサラダ	じゃが芋そぼろ煮	ブロッコリー炒め	さつま芋の甘煮	ウインナーと野菜のソテー	ブロッコリー和風あん	豆腐田楽
	フルーツ缶	レタスぬた和え	キャベツの甘酢生姜和え	白菜の中華和え	野菜サラダ	小松菜のなめ茸和え	カラフルサラダ
	I補給 ー:560kcal タバク:22.9g 脂質 ー:18.3g 炭水化:71.3g 食塩相:1.4g	I補給 ー:485kcal タバク:23.5g 脂質 ー:8.5g 炭水化:76.2g 食塩相:2.5g	I補給 ー:495kcal タバク:20.5g 脂質 ー:14.7g 炭水化:66.9g 食塩相:1.8g	I補給 ー:574kcal タバク:17.8g 脂質 ー:10.7g 炭水化:99.5g 食塩相:1.8g	I補給 ー:547kcal タバク:15.9g 脂質 ー:17.5g 炭水化:79.7g 食塩相:2.5g	I補給 ー:514kcal タバク:23.4g 脂質 ー:14.8g 炭水化:68.4g 食塩相:1.9g	I補給 ー:678kcal タバク:28.5g 脂質 ー:22.0g 炭水化:85.9g 食塩相:1.7g
おやつ	チョコクレープ	塩まんじゅう	チョコバウム	ドーナツ	シュークリーム	人形焼	七夕練りきり
	I補給 ー:89kcal タバク:1.0g 脂質 ー:5.2g 炭水化:9.3g 食塩相:0.1g	I補給 ー:66kcal タバク:1.2g 脂質 ー:0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g	I補給 ー:81kcal タバク:1.4g 脂質 ー:3.5g 炭水化:10.9g 食塩相:0.1g	I補給 ー:114kcal タバク:1.7g 脂質 ー:5.5g 炭水化:14.8g 食塩相:0.2g	I補給 ー:77kcal タバク:2.2g 脂質 ー:5.0g 炭水化:5.7g 食塩相:0.1g	I補給 ー:75kcal タバク:1.5g 脂質 ー:1.3g 炭水化:14.3g 食塩相:0.0g	I補給 ー:78kcal タバク:1.5g 脂質 ー:0.0g 炭水化:18.0g 食塩相:0.0g
日計	I補給 ー:1579kcal タバク:52.3g 脂質 ー:44.3g 炭水化:233.9g 食塩相:5.5g	I補給 ー:1633kcal タバク:62.3g 脂質 ー:39.8g 炭水化:249.4g 食塩相:6.3g	I補給 ー:1627kcal タバク:53.3g 脂質 ー:46.7g 炭水化:238.7g 食塩相:5.7g	I補給 ー:1696kcal タバク:50.3g 脂質 ー:45.8g 炭水化:260.7g 食塩相:5.5g	I補給 ー:1545kcal タバク:52.4g 脂質 ー:38.1g 炭水化:240.9g 食塩相:6.0g	I補給 ー:1628kcal タバク:61.7g 脂質 ー:42.7g 炭水化:242.8g 食塩相:5.8g	I補給 ー:1565kcal タバク:61.2g 脂質 ー:37.8g 炭水化:235.4g 食塩相:6.1g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析②

2024年7月7日(日)～2024年7月13日(土)

	7月7日(日)	7月8日(月)	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)
朝食	御飯又はパン	御飯又はパン	御飯又はパン	パン又は御飯	御飯又はパン	御飯又はパン	パン又は御飯
	がんもの煮物	厚焼き卵	大根のそぼろ煮	クリーム煮	肉じゃが	さつま揚げと野菜の煮物	ミートボール(ホリタリ)
	ほうれん草の和え物	もやしののり和え	キャベツの香味醤油あえ	マカロニサラダ	キャベツサラダ	白菜の辛子マヨ和え	大根サラダ
	のり佃煮	ふりかけ	ふりかけ	黄桃缶	たいみそ	ふりかけ	みかん缶
	ヤクルト	ヤクルト	ヤクルト	牛乳	ヤクルト	ヤクルト	ヤクルト
	I補計 -406kcal 卵白ク:10.6g 脂質 :5.7g 炭水化:75.6g 食塩相:1.3g	I補計 -432kcal 卵白ク:12.0g 脂質 :7.3g 炭水化:78.4g 食塩相:1.2g	I補計 -407kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :4.3g 炭水化:77.2g 食塩相:1.5g	I補計 -681kcal 卵白ク:20.5g 脂質 :25.7g 炭水化:91.5g 食塩相:2.6g	I補計 -457kcal 卵白ク:11.2g 脂質 :5.5g 炭水化:87.2g 食塩相:1.1g	I補計 -430kcal 卵白ク:10.5g 脂質 :7.9g 炭水化:76.6g 食塩相:1.3g	I補計 -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)	御飯(160g)	御飯(160g)	御飯(160g)	御飯(160g)	御飯(160g)	御飯(160g)
	パンプキンサラダ	冷奴	卵の花	シューマイ	卵豆腐	しろ菜とエビのお浸し	里芋田楽
	鯖の竜田揚げおろしぼん酢	鶏の唐揚げ	鰯の野菜あんかけ	肉団子の酢豚	豚肉のバーベキュー炒め	メンチカツ	白身魚の幽庵焼
	さつま芋のオレンジ煮	金平ごぼう	南瓜の含め煮	チンゲン菜の香り炒め	南瓜のチーズ焼き	切干し大根の煮物	きのこソテー
	青梗菜の生姜和え	ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾙのサラダ	胡瓜のわさび和え	マンゴープリン	ブロッコリーサラダ	もやしとほうれん草の和え物	胡瓜とかかの酢の物
	I補計 -695kcal 卵白ク:17.7g 脂質 :28.4g 炭水化:87.6g 食塩相:1.2g	I補計 -666kcal 卵白ク:26.1g 脂質 :26.6g 炭水化:76.0g 食塩相:1.9g	I補計 -526kcal 卵白ク:21.9g 脂質 :9.1g 炭水化:85.1g 食塩相:2.3g	I補計 -636kcal 卵白ク:19.0g 脂質 :18.0g 炭水化:97.3g 食塩相:2.5g	I補計 -622kcal 卵白ク:25.9g 脂質 :24.3g 炭水化:71.7g 食塩相:1.5g	I補計 -580kcal 卵白ク:19.6g 脂質 :15.9g 炭水化:87.6g 食塩相:2.2g	I補計 -434kcal 卵白ク:21.1g 脂質 :4.4g 炭水化:76.2g 食塩相:1.4g
夕食	御飯(160gタ)	御飯(160gタ)	御飯(160gタ)	御飯(160gタ)	御飯(160gタ)	御飯(160gタ)	御飯(160gタ)
	漬物	なすの味噌煮	しば漬け	なすの甘味噌かけ	もやしの和風炒め	果物(パイ)	しろ菜の炒め物
	家常豆腐	鱈の煮付け	ハニーマスタードチキン	擬製豆腐	白身魚の和風ステーキ	豚肉の生姜焼	麻婆茄子
	えびシューマイ	じゃが芋の炒め物	いんげんのマヨぽん炒め	ひじきの煮物	冬瓜の煮物	高野豆腐の含め煮	カニ焼売
	白菜の中華サラダ	オクラの梅肉和え	春菊のお浸し	小松菜の甘酢生姜和え	冷奴	しらすのサラダ	ブロッコリーの香り和え
	I補計 -511kcal 卵白ク:14.6g 脂質 :16.0g 炭水化:73.2g 食塩相:2.7g	I補計 -509kcal 卵白ク:18.6g 脂質 :12.2g 炭水化:77.9g 食塩相:2.5g	I補計 -491kcal 卵白ク:18.7g 脂質 :15.4g 炭水化:66.5g 食塩相:1.5g	I補計 -579kcal 卵白ク:22.3g 脂質 :19.4g 炭水化:76.2g 食塩相:2.0g	I補計 -442kcal 卵白ク:20.9g 脂質 :7.1g 炭水化:69.9g 食塩相:2.4g	I補計 -545kcal 卵白ク:24.1g 脂質 :14.5g 炭水化:75.0g 食塩相:1.5g	I補計 -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)	～手作りおやつ～	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補計 -127kcal 卵白ク:2.4g 脂質 :4.6g 炭水化:19.0g 食塩相:0.0g	I補計 -55kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :1.9g 炭水化:8.7g 食塩相:0.1g	I補計 -61kcal 卵白ク:0.6g 脂質 :0.0g 炭水化:15.6g 食塩相:0.0g	I補計 -107kcal 卵白ク:2.0g 脂質 :2.1g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g	I補計 -33kcal 卵白ク:0.3g 脂質 :1.2g 炭水化:5.1g 食塩相:0.1g	I補計 -54kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :1.1g 炭水化:10.2g 食塩相:0.2g	I補計 -87kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :5.4g 炭水化:8.6g 食塩相:0.1g
日計	I補計 -1739kcal 卵白ク:45.3g 脂質 :54.7g 炭水化:255.4g 食塩相:5.2g	I補計 -1662kcal 卵白ク:57.7g 脂質 :48.0g 炭水化:241.0g 食塩相:5.8g	I補計 -1485kcal 卵白ク:53.5g 脂質 :28.8g 炭水化:244.4g 食塩相:5.2g	I補計 -2003kcal 卵白ク:63.8g 脂質 :65.2g 炭水化:284.9g 食塩相:7.2g	I補計 -1554kcal 卵白ク:58.3g 脂質 :38.1g 炭水化:233.9g 食塩相:5.2g	I補計 -1609kcal 卵白ク:55.4g 脂質 :39.4g 炭水化:249.4g 食塩相:5.1g	I補計 -1575kcal 卵白ク:55.2g 脂質 :42.6g 炭水化:237.8g 食塩相:5.4g



週間献立表



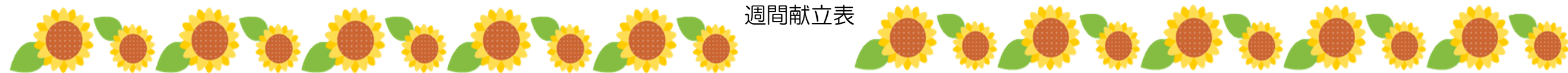
ハートフル瀬谷

透析③

2024年7月14日(日)～2024年7月20日（土）

	7月14日(日)	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7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 アスパラのごまマヨ和え 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 おくらなのり佃煮和え ふりかけ ヤクルト
	I補計 -:426kcal タバク:13.0g 脂質 :7.5g 炭水化:73.8g 食塩相:1.2g	I補計 -:433kcal タバク:12.4g 脂質 :6.1g 炭水化:79.7g 食塩相:1.7g	I補計 -:516kcal タバク:13.7g 脂質 :15.0g 炭水化:81.8g 食塩相:2.0g	I補計 -:464kcal タバク:11.7g 脂質 :10.3g 炭水化:78.9g 食塩相:1.2g	I補計 -:480kcal タバク:13.2g 脂質 :11.8g 炭水化:80.6g 食塩相:1.8g	I補計 -:446kcal タバク:13.5g 脂質 :7.4g 炭水化:77.8g 食塩相:1.5g	I補計 -:381kcal タバク:7.9g 脂質 :5.0g 炭水化:73.6g 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 ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾙのソテー 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	冷やしたぬきうどん なす田楽 白桃缶	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 ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 和え	御飯（160g） コンソメ煮 鱈のタルタル焼 マカロニカレーソテー フレンチサラダ	御飯（160g） ひじきサラダ 鶏肉のﾏｯｼｭﾎﾟﾂﾄ焼 がんもの煮物 蒸しなす
	I補計 -:554kcal タバク:14.3g 脂質 :14.9g 炭水化:88.6g 食塩相:1.8g	I補計 -:597kcal タバク:15.0g 脂質 :21.4g 炭水化:82.9g 食塩相:2.3g	I補計 -:486kcal タバク:10.3g 脂質 :14.5g 炭水化:76.3g 食塩相:2.3g	I補計 -:465kcal タバク:17.6g 脂質 :9.9g 炭水化:73.8g 食塩相:2.3g	I補計 -:531kcal タバク:15.7g 脂質 :13.2g 炭水化:85.3g 食塩相:2.0g	I補計 -:543kcal タバク:20.7g 脂質 :15.2g 炭水化:78.9g 食塩相:1.4g	I補計 -:591kcal タバク:22.3g 脂質 :21.2g 炭水化:75.9g 食塩相:2.2g
夕食	御飯（160gタ） フルーツ（マンゴー） 鰯の焼き南蛮漬 なすのオイスター炒め 大根の柚子風味和え	御飯（160gタ） 豆腐サラダ 鶏肉とごぼうの卵とし 長芋のおかか煮 オクラのポン酢和え	御飯（160gタ） 白菜の煮浸し 鰯の梅焼き ごぼうの山椒炒め ブロッコリーのからし和え	御飯（160gタ） 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タ） 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タ） しば漬け 豚肉の甘辛炒め 大根と油揚げの煮物 トマトのさっぱり和え	御飯（160gタ） ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾏﾖﾈｰｽﾞ 和え 白身魚のみりん醤油焼 ｷｬﾊﾞﾂとさつま揚げの炒め物 磯納豆
	I補計 -:481kcal タバク:19.8g 脂質 :9.9g 炭水化:74.6g 食塩相:1.6g	I補計 -:505kcal タバク:22.8g 脂質 :9.9g 炭水化:77.3g 食塩相:1.4g	I補計 -:471kcal タバク:21.2g 脂質 :9.5g 炭水化:73.1g 食塩相:1.5g	I補計 -:525kcal タバク:16.0g 脂質 :13.8g 炭水化:79.2g 食塩相:2.1g	I補計 -:514kcal タバク:23.8g 脂質 :7.3g 炭水化:85.4g 食塩相:1.4g	I補計 -:504kcal タバク:21.6g 脂質 :13.3g 炭水化:70.1g 食塩相:1.7g	I補計 -:469kcal タバク:24.4g 脂質 :10.5g 炭水化:66.7g 食塩相:2.2g
おやつ	ロールケーキ（バニラ）	バウムクーヘン	たいやき	バニラババロア	おせんべい	ブッセ（クリーム）	パンケーキ（抹茶クリーム）
	I補計 -:95kcal タバク:1.3g 脂質 :3.9g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	I補計 -:87kcal タバク:1.2g 脂質 :3.7g 炭水化:12.3g 食塩相:0.1g	I補計 -:68kcal タバク:1.5g 脂質 :0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g	I補計 -:94kcal タバク:2.5g 脂質 :3.3g 炭水化:13.4g 食塩相:0.1g	I補計 -:47kcal タバク:0.4g 脂質 :1.4g 炭水化:8.2g 食塩相:0.2g	I補計 -:82kcal タバク:1.1g 脂質 :2.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	I補計 -:56kcal タバク:1.0g 脂質 :2.1g 炭水化:8.2g 食塩相:0.1g
日計	I補計 -:1556kcal タバク:48.4g 脂質 :36.2g 炭水化:250.9g 食塩相:4.8g	I補計 -:1622kcal タバク:51.4g 脂質 :41.1g 炭水化:252.2g 食塩相:5.6g	I補計 -:1541kcal タバク:46.7g 脂質 :39.5g 炭水化:245.5g 食塩相:5.9g	I補計 -:1548kcal タバク:47.8g 脂質 :37.3g 炭水化:245.3g 食塩相:5.6g	I補計 -:1572kcal タバク:53.1g 脂質 :33.7g 炭水化:259.5g 食塩相:5.4g	I補計 -:1575kcal タバク:56.9g 脂質 :38.1g 炭水化:241.3g 食塩相:4.7g	I補計 -:1497kcal タバク:55.6g 脂質 :38.8g 炭水化:224.4g 食塩相:5.4g

	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7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補計 -:364kcal タバコ :9.4g 脂質 :1.7g 炭水化:75.7g 食塩相:1.2g	I補計 -:573kcal タバコ :16.9g 脂質 :20.0g 炭水化:80.4g 食塩相:2.1g	I補計 -:396kcal タバコ :9.9g 脂質 :5.4g 炭水化:74.8g 食塩相:1.4g	I補計 -:435kcal タバコ :12.2g 脂質 :7.8g 炭水化:76.7g 食塩相:1.5g	I補計 -:394kcal タバコ :10.2g 脂質 :4.6g 炭水化:75.4g 食塩相:1.2g	I補計 -:402kcal タバコ :10.2g 脂質 :4.1g 炭水化:78.3g 食塩相:1.0g	I補計 -:512kcal タバコ :13.0g 脂質 :16.1g 炭水化:78.6g 食塩相:1.9g
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	冷し中華 ゴーヤチャンプルー風 なすのごま味噌かけ	御飯（160g） ミートボール チキンソテー(コソリ-ム-ス) 南瓜のバター煮 ミモザサラダ	【土用の丑の日】 うな丼 清し汁 れんこんの炒め煮 メロンゼリー	御飯（160g） マカロニサラダ 生揚げとなすの味噌炒め じゃがいもの煮物 花野菜サラダ	☆お誕生日セレクト☆ A ジャージャー麺 B ビビンバ丼 中華スープ 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補計 -:584kcal タバコ :24.0g 脂質 :15.5g 炭水化:84.1g 食塩相:2.1g	I補計 -:543kcal タバコ :24.0g 脂質 :21.4g 炭水化:59.8g 食塩相:2.1g	I補計 -:657kcal タバコ :24.6g 脂質 :19.5g 炭水化:91.2g 食塩相:2.1g	I補計 -:662kcal タバコ :29.9g 脂質 :22.7g 炭水化:81.2g 食塩相:2.3g	I補計 -:616kcal タバコ :15.3g 脂質 :22.7g 炭水化:84.2g 食塩相:1.7g	I補計 -:536kcal タバコ :22.9g 脂質 :16.6g 炭水化:70.9g 食塩相:2.6g	I補計 -:562kcal タバコ :20.2g 脂質 :20.4g 炭水化:70.5g 食塩相:1.8g
夕食	御飯（160gタ） 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タ） 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タ） スパゲティサラダ 鯖の竜田焼 大豆と鶏肉の煮物 キャベツのサラダ	御飯（160gタ） 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タ） 冷奴 ほっけの照り焼き もやしの炒め物 酢の物	御飯（160gタ） キャベツの塩昆布和え 丼ソテー ガーリックオリーブ 大根とツナのソテー ほうれん草のピーナツ和え	御飯（160gタ） 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補計 -:584kcal タバコ :16.8g 脂質 :16.3g 炭水化:90.4g 食塩相:1.8g	I補計 -:600kcal タバコ :18.7g 脂質 :19.4g 炭水化:83.6g 食塩相:1.7g	I補計 -:634kcal タバコ :28.6g 脂質 :19.9g 炭水化:81.2g 食塩相:2.0g	I補計 -:529kcal タバコ :19.3g 脂質 :11.0g 炭水化:83.4g 食塩相:1.5g	I補計 -:458kcal タバコ :23.2g 脂質 :8.7g 炭水化:67.9g 食塩相:2.4g	I補計 -:518kcal タバコ :20.8g 脂質 :16.1g 炭水化:69.3g 食塩相:1.7g	I補計 -:515kcal タバコ :20.9g 脂質 :14.0g 炭水化:74.2g 食塩相:2.8g
おやつ	オレンジゼリー	黒糖まんじゅう	ミニいちごスペシャル	ロールケーキ (コヒー)	どら焼き	お誕生日ケーキ	カステラ
	I補計 -:58kcal タバコ :0.1g 脂質 :0.8g 炭水化:12.5g 食塩相:0.0g	I補計 -:66kcal タバコ :1.3g 脂質 :0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g	I補計 -:167kcal タバコ :2.0g 脂質 :6.6g 炭水化:24.8g 食塩相:0.1g	I補計 -:92kcal タバコ :1.4g 脂質 :3.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	I補計 -:142kcal タバコ :3.3g 脂質 :1.3g 炭水化:29.4g 食塩相:0.2g	I補計 -:54kcal タバコ :0.9g 脂質 :3.5g 炭水化:4.5g 食塩相:0.1g	I補計 -:83kcal タバコ :1.7g 脂質 :1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g
日計	I補計 -:1590kcal タバコ :50.3g 脂質 :34.3g 炭水化:262.7g 食塩相:5.2g	I補計 -:1782kcal タバコ :60.9g 脂質 :60.9g 炭水化:238.7g 食塩相:6.0g	I補計 -:1854kcal タバコ :65.1g 脂質 :51.4g 炭水化:272.0g 食塩相:5.6g	I補計 -:1718kcal タバコ :62.8g 脂質 :44.7g 炭水化:255.8g 食塩相:5.4g	I補計 -:1610kcal タバコ :52.0g 脂質 :37.3g 炭水化:256.9g 食塩相:5.5g	I補計 -:1510kcal タバコ :54.8g 脂質 :40.3g 炭水化:223.0g 食塩相:5.3g	I補計 -:1672kcal タバコ :55.8g 脂質 :51.5g 炭水化:240.0g 食塩相:6.6g



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析⑤

2024年7月28日(日)～2024年7月31日（水）

	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)			
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			
	I値: -382kcal 糖質: 9.4g 脂質: 3.0g 炭水化: 76.5g 食塩相: 1.2g	I値: -400kcal 糖質: 10.7g 脂質: 2.1g 炭水化: 82.1g 食塩相: 1.5g	I値: -389kcal 糖質: 8.3g 脂質: 4.7g 炭水化: 75.5g 食塩相: 1.1g	I値: -552kcal 糖質: 17.5g 脂質: 18.8g 炭水化: 78.5g 食塩相: 1.8g			
昼食	御飯（160g） スナッパさやのソテー 鰯の葱だく香味ソース チゲソ菜の中華風炒め 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 レタスサラダ 漬物 杏仁豆腐	御飯（160g） マカロニサラダ 肉豆腐 ブロッコリー中華炒め 小松菜のゆず醤油和え			
	I値: -572kcal 糖質: 26.6g 脂質: 19.3g 炭水化: 71.4g 食塩相: 2.1g	I値: -582kcal 糖質: 23.5g 脂質: 19.8g 炭水化: 75.3g 食塩相: 1.6g	I値: -555kcal 糖質: 15.4g 脂質: 16.0g 炭水化: 83.3g 食塩相: 2.5g	I値: -585kcal 糖質: 24.2g 脂質: 19.5g 炭水化: 76.5g 食塩相: 1.3g			
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			
	I値: -524kcal 糖質: 15.9g 脂質: 10.9g 炭水化: 88.7g 食塩相: 1.7g	I値: -446kcal 糖質: 17.5g 脂質: 9.1g 炭水化: 71.2g 食塩相: 2.4g	I値: -512kcal 糖質: 19.6g 脂質: 12.5g 炭水化: 76.6g 食塩相: 1.5g	I値: -413kcal 糖質: 13.1g 脂質: 6.2g 炭水化: 73.4g 食塩相: 2.1g			
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			
	I値: -58kcal 糖質: 1.2g 脂質: 2.5g 炭水化: 7.6g 食塩相: 0.1g	I値: -89kcal 糖質: 1.0g 脂質: 5.2g 炭水化: 9.3g 食塩相: 0.1g	I値: -121kcal 糖質: 2.3g 脂質: 5.9g 炭水化: 14.6g 食塩相: 0.2g	I値: -89kcal 糖質: 1.5g 脂質: 6.6g 炭水化: 6.2g 食塩相: 0.1g			
日計	I値: -1536kcal 糖質: 53.1g 脂質: 35.7g 炭水化: 244.2g 食塩相: 5.2g	I値: -1517kcal 糖質: 52.7g 脂質: 36.2g 炭水化: 237.9g 食塩相: 5.6g	I値: -1577kcal 糖質: 45.6g 脂質: 39.1g 炭水化: 250.0g 食塩相: 5.2g	I値: -1639kcal 糖質: 56.3g 脂質: 51.1g 炭水化: 234.6g 食塩相: 5.3g			