



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析①

2024年7月28日(日)～2024年8月3日（土）

	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3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（カクテル缶） ヤクルト
	I補給：-382kcal タンパク：9.4g 脂質：3.0g 炭水化：76.5g 食塩相：1.2g	I補給：-400kcal タンパク：10.7g 脂質：2.1g 炭水化：82.1g 食塩相：1.5g	I補給：-389kcal タンパク：8.3g 脂質：4.7g 炭水化：75.5g 食塩相：1.1g	I補給：-552kcal タンパク：17.5g 脂質：18.8g 炭水化：78.5g 食塩相：1.8g	I補給：-415kcal タンパク：9.2g 脂質：6.0g 炭水化：77.6g 食塩相：1.3g	I補給：-435kcal タンパク：14.9g 脂質：7.5g 炭水化：73.7g 食塩相：1.3g	I補給：-514kcal タンパク：17.8g 脂質：10.6g 炭水化：87.1g 食塩相：1.9g
昼食	御飯（160g） スナップさやのソテー 鰯の葱だく香味ソース チゲン菜の中華風炒め ブロッコリーと卵のサラダ	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 薬味 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	御飯（160g） 水餃子 鱈の葱ソースかけ ピーマンと竹輪のソテー スナップエンドウのサラダ	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） ナムル 白身魚のチリソース キャベツの炒め煮 さつま芋サラダ
	I補給：-572kcal タンパク：26.6g 脂質：19.3g 炭水化：71.4g 食塩相：2.1g	I補給：-582kcal タンパク：23.5g 脂質：19.8g 炭水化：75.3g 食塩相：1.6g	I補給：-555kcal タンパク：15.4g 脂質：16.0g 炭水化：83.3g 食塩相：2.5g	I補給：-585kcal タンパク：24.2g 脂質：19.5g 炭水化：76.5g 食塩相：1.3g	I補給：-520kcal タンパク：23.0g 脂質：10.4g 炭水化：81.1g 食塩相：2.4g	I補給：-607kcal タンパク：20.6g 脂質：23.7g 炭水化：72.9g 食塩相：1.7g	I補給：-577kcal タンパク：21.7g 脂質：15.7g 炭水化：84.3g 食塩相：2.4g
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 なすのぽん酢和え	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） マッシュさつま芋 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 白菜のぽん酢和え
	I補給：-524kcal タンパク：15.9g 脂質：10.9g 炭水化：88.7g 食塩相：1.7g	I補給：-446kcal タンパク：17.5g 脂質：9.1g 炭水化：71.2g 食塩相：2.4g	I補給：-512kcal タンパク：19.6g 脂質：12.5g 炭水化：76.6g 食塩相：1.5g	I補給：-413kcal タンパク：13.1g 脂質：6.2g 炭水化：73.4g 食塩相：2.1g	I補給：-581kcal タンパク：23.3g 脂質：19.9g 炭水化：72.8g 食塩相：1.9g	I補給：-652kcal タンパク：20.3g 脂質：22.7g 炭水化：87.0g 食塩相：1.8g	I補給：-438kcal タンパク：16.6g 脂質：11.2g 炭水化：64.0g 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	和のパンケーキ（きなこ&黒糖）	みかんゼリー	☆手作りおやつ☆ 水ようかん
	I補給：-58kcal タンパク：1.2g 脂質：2.5g 炭水化：7.6g 食塩相：0.1g	I補給：-89kcal タンパク：1.0g 脂質：5.2g 炭水化：9.3g 食塩相：0.1g	I補給：-121kcal タンパク：2.3g 脂質：5.9g 炭水化：14.6g 食塩相：0.2g	I補給：-89kcal タンパク：1.5g 脂質：6.6g 炭水化：6.2g 食塩相：0.1g	I補給：-55kcal タンパク：1.0g 脂質：1.9g 炭水化：8.7g 食塩相：0.1g	I補給：-49kcal タンパク：0.1g 脂質：0.0g 炭水化：12.2g 食塩相：0.1g	I補給：-97kcal タンパク：0.9g 脂質：0.0g 炭水化：23.4g 食塩相：0.0g
日計	I補給：-1536kcal タンパク：53.1g 脂質：35.7g 炭水化：244.2g 食塩相：5.2g	I補給：-1517kcal タンパク：52.7g 脂質：36.2g 炭水化：237.9g 食塩相：5.6g	I補給：-1577kcal タンパク：45.6g 脂質：39.1g 炭水化：250.0g 食塩相：5.2g	I補給：-1639kcal タンパク：56.3g 脂質：51.1g 炭水化：234.6g 食塩相：5.3g	I補給：-1571kcal タンパク：56.5g 脂質：38.2g 炭水化：240.2g 食塩相：5.7g	I補給：-1743kcal タンパク：55.9g 脂質：53.9g 炭水化：245.8g 食塩相：5.0g	I補給：-1626kcal タンパク：57.0g 脂質：37.5g 炭水化：258.8g 食塩相：5.8g



週間献立表

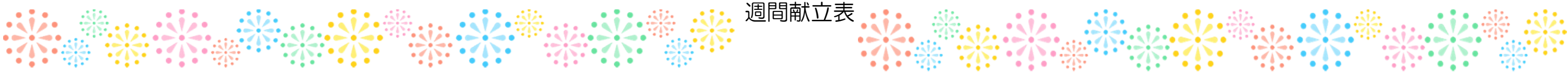


ハートフル瀬谷

透析②

2024年8月4日(日)～2024年8月10日(土)

	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	8月9日(金)	8月10日(土)
朝食	御飯又はパン	御飯又はパン	パン又は御飯	御飯又はパン	パン又は御飯	御飯又はパン	御飯又はパン
	肉じゃが	キャベツソテー	プレーンオムレツ	さつま揚げの煮物	鶏肉と野菜のクリームシチュー	炒り卵	ツナと野菜のソテー
	ほうれん草の辛子和え	青菜のピーナツ和え	人参サラダ	チンゲン菜のゆず和え	ポテトサラダ	もやしのおかか和え	ブロッコリーサラダ
	梅びしお	たいみそ	フルーツ（パイン缶）	ふりかけ	フルーツ（黄桃缶）	ふりかけ	ふりかけ
	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総計 -:424kcal ㊦ﾊﾞｸ :13.0g 脂質 :3.1g 炭水化:83.0g 食塩相:1.8g	I総計 -:393kcal ㊦ﾊﾞｸ :12.5g 脂質 :2.7g 炭水化:77.3g 食塩相:1.1g	I総計 -:518kcal ㊦ﾊﾞｸ :16.8g 脂質 :15.1g 炭水化:78.7g 食塩相:2.1g	I総計 -:389kcal ㊦ﾊﾞｸ :11.6g 脂質 :2.6g 炭水化:76.9g 食塩相:1.9g	I総計 -:498kcal ㊦ﾊﾞｸ :15.9g 脂質 :13.0g 炭水化:79.1g 食塩相:2.0g	I総計 -:424kcal ㊦ﾊﾞｸ :13.8g 脂質 :7.9g 炭水化:71.1g 食塩相:0.9g	I総計 -:435kcal ㊦ﾊﾞｸ :12.3g 脂質 :9.5g 炭水化:73.5g 食塩相:1.2g
昼食	御飯（160g）	【土用の丑の日】	御飯（160g）	菜めし	御飯（160g）	ビーフカレー	御飯（160g）
	温泉卵	うなぎちらし	うぐいす煮豆	エビ焼売	冷奴	きのこサラダ	にらまん
	ポークソテーカレー風味	清し汁	鯖の味噌マヨ焼き	鯖の塩焼	豚肉の葱塩炒め	漬物	肉団子の酢豚
	れんこん金平	夏野菜の炊き合わせ	金平ごぼう	さつま芋のオレンジ煮	里芋の煮物	ピーチゼリー	もやしのナムル
	春雨サラダ	しろ菜とみょうがのお浸し	キャベツとトマトのサラダ	もやしの生姜和え	ｽｯﾌﾟ ｲﾝﾄﾞ ｳｲのサラダ		杏仁豆腐
	I総計 -:678kcal ㊦ﾊﾞｸ :25.7g 脂質 :25.8g 炭水化:80.4g 食塩相:1.9g	I総計 -:511kcal ㊦ﾊﾞｸ :19.7g 脂質 :10.9g 炭水化:83.1g 食塩相:2.8g	I総計 -:542kcal ㊦ﾊﾞｸ :20.8g 脂質 :12.4g 炭水化:83.3g 食塩相:1.4g	I総計 -:617kcal ㊦ﾊﾞｸ :18.1g 脂質 :21.9g 炭水化:81.9g 食塩相:1.8g	I総計 -:593kcal ㊦ﾊﾞｸ :24.0g 脂質 :19.8g 炭水化:75.7g 食塩相:2.0g	I総計 -:602kcal ㊦ﾊﾞｸ :15.7g 脂質 :17.7g 炭水化:92.8g 食塩相:2.8g	I総計 -:643kcal ㊦ﾊﾞｸ :19.0g 脂質 :16.3g 炭水化:102.8g 食塩相:1.9g
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）
	みかん缶	冷奴	大根のコンソメ煮	胡瓜のしその実和え	いんげんのごま和え	ほうれん草ソテー	大根金平
	鯖の西京焼き	豚肉の韓国風生姜焼	鶏肉のクリームソース	茹で豚のごましゃぶ	白身魚の味噌焼	チキンソテー	擬製豆腐
	高野豆腐の煮物	大根のかにかまあんかけ	ジャーマンポテト	車麩の卵とし	青菜の和風炒め	ポテトの明太マヨ焼き	ひじきの煮物
	チンゲン菜の磯和え	白菜の中華サラダ	カリフラワーサラダ	ピーマンとしらすの塩昆布和え	胡瓜の酢の物	白菜の梅肉和え	小松菜のおかか和え
	I総計 -:499kcal ㊦ﾊﾞｸ :22.9g 脂質 :11.4g 炭水化:72.0g 食塩相:1.5g	I総計 -:568kcal ㊦ﾊﾞｸ :21.8g 脂質 :19.8g 炭水化:71.2g 食塩相:1.8g	I総計 -:590kcal ㊦ﾊﾞｸ :21.5g 脂質 :20.1g 炭水化:77.5g 食塩相:1.7g	I総計 -:580kcal ㊦ﾊﾞｸ :24.5g 脂質 :20.1g 炭水化:69.3g 食塩相:1.8g	I総計 -:438kcal ㊦ﾊﾞｸ :22.9g 脂質 :6.1g 炭水化:70.2g 食塩相:2.0g	I総計 -:562kcal ㊦ﾊﾞｸ :23.6g 脂質 :17.1g 炭水化:74.5g 食塩相:1.8g	I総計 -:508kcal ㊦ﾊﾞｸ :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	塩まんじゅう	おせんべい（ぽたぽた焼）	バナナクレープ	アセロラゼリー
	I総計 -:83kcal ㊦ﾊﾞｸ :1.7g 脂質 :1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g	I総計 -:69kcal ㊦ﾊﾞｸ :1.3g 脂質 :1.3g 炭水化:13.6g 食塩相:0.2g	I総計 -:77kcal ㊦ﾊﾞｸ :2.2g 脂質 :5.0g 炭水化:5.7g 食塩相:0.1g	I総計 -:66kcal ㊦ﾊﾞｸ :1.2g 脂質 :0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g	I総計 -:51kcal ㊦ﾊﾞｸ :0.5g 脂質 :1.4g 炭水化:9.0g 食塩相:0.2g	I総計 -:83kcal ㊦ﾊﾞｸ :0.8g 脂質 :5.1g 炭水化:8.5g 食塩相:0.1g	I総計 -:30kcal ㊦ﾊﾞｸ :0.0g 脂質 :0.0g 炭水化:7.6g 食塩相:0.0g
日計	I総計 -:1684kcal ㊦ﾊﾞｸ :63.3g 脂質 :41.3g 炭水化:252.1g 食塩相:5.2g	I総計 -:1541kcal ㊦ﾊﾞｸ :55.3g 脂質 :34.7g 炭水化:245.2g 食塩相:5.8g	I総計 -:1727kcal ㊦ﾊﾞｸ :61.3g 脂質 :52.6g 炭水化:245.2g 食塩相:5.2g	I総計 -:1652kcal ㊦ﾊﾞｸ :55.4g 脂質 :44.7g 炭水化:243.3g 食塩相:5.8g	I総計 -:1580kcal ㊦ﾊﾞｸ :63.3g 脂質 :40.3g 炭水化:234.0g 食塩相:6.2g	I総計 -:1671kcal ㊦ﾊﾞｸ :53.9g 脂質 :47.8g 炭水化:246.9g 食塩相:5.6g	I総計 -:1616kcal ㊦ﾊﾞｸ :54.7g 脂質 :38.1g 炭水化:258.0g 食塩相:5.5g



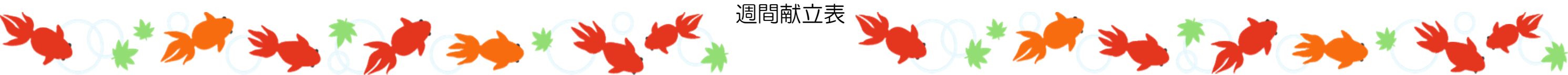
ハートフル瀬谷

透析③

2024年8月11日(日)～2024年8月17日（土）

	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	8月16日(金)	8月17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総計 - :435kcal タバコ :11.2g 脂質 :4.6g 炭水化:83.6g 食塩相:1.4g	I総計 - :432kcal タバコ :15.8g 脂質 :6.8g 炭水化:73.5g 食塩相:1.1g	I総計 - :513kcal タバコ :15.2g 脂質 :12.8g 炭水化:83.2g 食塩相:1.7g	I総計 - :476kcal タバコ :15.4g 脂質 :11.2g 炭水化:74.9g 食塩相:1.3g	I総計 - :431kcal タバコ :9.8g 脂質 :8.2g 炭水化:77.7g 食塩相:1.0g	I総計 - :463kcal タバコ :13.5g 脂質 :13.7g 炭水化:72.1g 食塩相:1.7g	I総計 - :484kcal タバコ :11.7g 脂質 :12.7g 炭水化:77.2g 食塩相:1.1g
昼食	御飯（160g） みかんヨーグルト 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 じゃが芋の煮物 きゃべつののり和え	御飯（160g） チンゲン菜のお浸し 鶏肉のバーベキュー炒め 南瓜の煮物 コーンサラダ	【お盆】 そうめん えびたま天ぷら 卵豆腐 マンゴーゼリー	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総計 - :539kcal タバコ :16.2g 脂質 :16.1g 炭水化:81.6g 食塩相:1.8g	I総計 - :556kcal タバコ :14.7g 脂質 :17.4g 炭水化:83.1g 食塩相:2.2g	I総計 - :461kcal タバコ :22.4g 脂質 :5.4g 炭水化:78.6g 食塩相:2.2g	I総計 - :543kcal タバコ :21.7g 脂質 :14.0g 炭水化:80.5g 食塩相:1.6g	I総計 - :553kcal タバコ :21.1g 脂質 :11.3g 炭水化:88.5g 食塩相:2.6g	I総計 - :566kcal タバコ :19.9g 脂質 :18.3g 炭水化:76.5g 食塩相:1.6g	I総計 - :420kcal タバコ :20.8g 脂質 :5.6g 炭水化:69.8g 食塩相:2.1g
夕食	御飯（160gタ） 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タ） 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タ） 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タ） 煮浸し 鰯の焼き南蛮漬 ビーフンソテー 大根の柚子風味和え	御飯（160gタ） 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タ） しろ菜の煮浸し 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タ） 豆腐田楽 かに玉甘酢あん さつまいも金平 春雨サラダ
	I総計 - :575kcal タバコ :22.4g 脂質 :19.7g 炭水化:72.0g 食塩相:1.9g	I総計 - :646kcal タバコ :27.2g 脂質 :20.4g 炭水化:84.3g 食塩相:1.3g	I総計 - :598kcal タバコ :17.0g 脂質 :24.4g 炭水化:74.6g 食塩相:1.6g	I総計 - :494kcal タバコ :20.8g 脂質 :7.0g 炭水化:82.3g 食塩相:2.1g	I総計 - :544kcal タバコ :22.8g 脂質 :16.7g 炭水化:71.4g 食塩相:1.8g	I総計 - :432kcal タバコ :20.7g 脂質 :6.4g 炭水化:71.0g 食塩相:1.9g	I総計 - :591kcal タバコ :20.3g 脂質 :12.9g 炭水化:94.2g 食塩相:2.2g
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）	ワッフル	黒糖饅頭	たい焼き
	I総計 - :87kcal タバコ :1.2g 脂質 :3.7g 炭水化:12.3g 食塩相:0.1g	I総計 - :70kcal タバコ :1.1g 脂質 :2.8g 炭水化:10.2g 食塩相:0.1g	I総計 - :93kcal タバコ :1.8g 脂質 :0.4g 炭水化:20.5g 食塩相:0.0g	I総計 - :91kcal タバコ :1.6g 脂質 :3.2g 炭水化:14.0g 食塩相:0.2g	I総計 - :121kcal タバコ :2.3g 脂質 :5.9g 炭水化:14.6g 食塩相:0.2g	I総計 - :66kcal タバコ :1.3g 脂質 :0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g	I総計 - :68kcal タバコ :1.5g 脂質 :0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g
日計	I総計 - :1636kcal タバコ :51.0g 脂質 :44.1g 炭水化:249.5g 食塩相:5.3g	I総計 - :1704kcal タバコ :58.8g 脂質 :47.4g 炭水化:251.1g 食塩相:4.7g	I総計 - :1665kcal タバコ :56.4g 脂質 :43.0g 炭水化:256.9g 食塩相:5.5g	I総計 - :1604kcal タバコ :59.5g 脂質 :35.4g 炭水化:251.7g 食塩相:5.2g	I総計 - :1649kcal タバコ :56.0g 脂質 :42.1g 炭水化:252.2g 食塩相:5.6g	I総計 - :1527kcal タバコ :55.4g 脂質 :38.5g 炭水化:234.5g 食塩相:5.3g	I総計 - :1563kcal タバコ :54.3g 脂質 :31.7g 炭水化:255.5g 食塩相:5.6g

	8月18日(日)	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)	8月24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 キャベツともやしの胡麻和え 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 ミートオムレツ ポテトサラダ フルーツ（パイナップル缶） 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総計 - :443kcal タバコ :15.7g 脂質 :7.7g 炭水化 :78.0g 食塩相 :2.2g	I総計 - :408kcal タバコ :10.7g 脂質 :1.8g 炭水化 :84.8g 食塩相 :1.4g	I総計 - :480kcal タバコ :14.1g 脂質 :10.4g 炭水化 :79.8g 食塩相 :1.4g	I総計 - :373kcal タバコ :9.6g 脂質 :2.1g 炭水化 :76.5g 食塩相 :1.5g	I総計 - :489kcal タバコ :14.8g 脂質 :11.0g 炭水化 :82.4g 食塩相 :2.1g	I総計 - :365kcal タバコ :8.9g 脂質 :2.7g 炭水化 :74.5g 食塩相 :1.1g	I総計 - :410kcal タバコ :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	御飯（160g） パンプキンサラダ 鶏の唐揚げ 豆腐チャンプルー ひじきサラダ	ポークカレー ツナサラダ 漬物 バナナヨーグルト	御飯（160g） うの花 メロ子とクリームコロッケ 金平ごぼう 長芋とおくらのぽん酢和え	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	【お誕生日セレクト】 A手作りハンバーグ B白身魚のアクアパッツァ バターライス コンソメスープ 卵サラダ/プリン
	I総計 - :601kcal タバコ :19.1g 脂質 :25.0g 炭水化 :69.8g 食塩相 :1.5g	I総計 - :511kcal タバコ :23.3g 脂質 :13.0g 炭水化 :71.7g 食塩相 :2.5g	I総計 - :736kcal タバコ :29.2g 脂質 :32.6g 炭水化 :76.7g 食塩相 :1.7g	I総計 - :640kcal タバコ :19.6g 脂質 :22.2g 炭水化 :88.2g 食塩相 :2.5g	I総計 - :638kcal タバコ :15.4g 脂質 :21.6g 炭水化 :92.5g 食塩相 :2.3g	I総計 - :549kcal タバコ :22.6g 脂質 :17.7g 炭水化 :70.9g 食塩相 :2.2g	I総計 - :698kcal タバコ :22.8g 脂質 :27.8g 炭水化 :85.1g 食塩相 :2.5g
夕食	御飯（160gタ） 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タ） 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タ） 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タ） 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タ） 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タ） 里芋の甘みそ和え 豚肉と枝豆のピリ辛炒め ふきのおかか炒り煮 ブロッコリーサラダ	御飯（160gタ） チンゲン菜と錦糸卵の和え物 豆腐ステーキ いんげんのそぼろ炒め 花野菜サラダ
	I総計 - :477kcal タバコ :18.8g 脂質 :4.9g 炭水化 :86.5g 食塩相 :1.6g	I総計 - :631kcal タバコ :21.5g 脂質 :23.3g 炭水化 :79.4g 食塩相 :1.5g	I総計 - :430kcal タバコ :13.0g 脂質 :7.4g 炭水化 :74.9g 食塩相 :2.1g	I総計 - :510kcal タバコ :23.0g 脂質 :14.3g 炭水化 :68.6g 食塩相 :1.4g	I総計 - :541kcal タバコ :22.1g 脂質 :15.4g 炭水化 :75.0g 食塩相 :1.2g	I総計 - :589kcal タバコ :24.3g 脂質 :17.6g 炭水化 :79.7g 食塩相 :2.1g	I総計 - :615kcal タバコ :21.9g 脂質 :24.0g 炭水化 :74.9g 食塩相 :1.8g
おやつ	メロンゼリー	ロールケーキ（バニラ）	抹茶のパンケーキ	ミルクブッセ	おせんべい	もみじまんじゅう(あん)	お誕生日ケーキ
	I総計 - :58kcal タバコ :0.1g 脂質 :0.8g 炭水化 :12.6g 食塩相 :0.0g	I総計 - :95kcal タバコ :1.3g 脂質 :3.9g 炭水化 :13.9g 食塩相 :0.1g	I総計 - :56kcal タバコ :1.0g 脂質 :2.1g 炭水化 :8.2g 食塩相 :0.1g	I総計 - :82kcal タバコ :1.1g 脂質 :2.2g 炭水化 :14.5g 食塩相 :0.1g	I総計 - :35kcal タバコ :0.2g 脂質 :2.0g 炭水化 :4.1g 食塩相 :0.1g	I総計 - :107kcal タバコ :2.0g 脂質 :2.1g 炭水化 :19.9g 食塩相 :0.1g	I総計 - :85kcal タバコ :1.1g 脂質 :4.9g 炭水化 :8.9g 食塩相 :0.1g
日計	I総計 - :1579kcal タバコ :53.7g 脂質 :38.4g 炭水化 :246.9g 食塩相 :5.3g	I総計 - :1645kcal タバコ :56.8g 脂質 :42.0g 炭水化 :249.8g 食塩相 :5.6g	I総計 - :1702kcal タバコ :57.3g 脂質 :52.5g 炭水化 :239.6g 食塩相 :5.3g	I総計 - :1605kcal タバコ :53.3g 脂質 :40.8g 炭水化 :247.8g 食塩相 :5.4g	I総計 - :1703kcal タバコ :52.5g 脂質 :50.0g 炭水化 :254.0g 食塩相 :5.8g	I総計 - :1610kcal タバコ :57.8g 脂質 :40.1g 炭水化 :245.0g 食塩相 :5.5g	I総計 - :1808kcal タバコ :56.6g 脂質 :61.3g 炭水化 :247.8g 食塩相 :5.8g



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析⑤

2024年8月25日(日)～2024年8月31日（土）

	8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)
朝食	御飯又はパン	御飯又はパン	パン又は御飯	御飯又はパン	パン又は御飯	御飯又はパン	御飯又はパン
	豆腐ふんわり天の煮物	キャベツと海老の塩炒め	ラタトゥイユ	かぶとツナの煮物	ウインナーのスープ煮	卵ロール	厚揚げと大根の煮物
	キャベツの梅おかか和え	ブロッコリーのドレッシング和え	シエルマカロニサラダ	小松菜のナムル	スパゲッティーサラダ	いんげんの信田和え	春菊のおかか和え
	ふりかけ	ふりかけ	フルーツ（みかん缶）	梅びしお	フルーツ（カクテル缶）	たいみそ	ふりかけ
	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補計 - :404kcal タバク :9.5g 脂質 :5.4g 炭水化:77.1g 食塩相:1.4g	I補計 - :378kcal タバク :11.5g 脂質 :4.1g 炭水化:72.3g 食塩相:1.0g	I補計 - :531kcal タバク :14.0g 脂質 :17.7g 炭水化:78.9g 食塩相:2.1g	I補計 - :411kcal タバク :10.6g 脂質 :6.1g 炭水化:75.6g 食塩相:1.5g	I補計 - :553kcal タバク :14.4g 脂質 :15.9g 炭水化:87.6g 食塩相:1.9g	I補計 - :403kcal タバク :10.3g 脂質 :4.1g 炭水化:79.0g 食塩相:1.3g	I補計 - :390kcal タバク :10.9g 脂質 :4.9g 炭水化:73.7g 食塩相:0.8g
昼食	御飯（160g）	御飯(160g)	御飯(160g)	冷やしとろろそば	御飯（160g）	【郷土料理：沖縄】	御飯（160g）
	空豆と大豆のサラダ	なめこおろし	卵とうふ	いんげんのそぼろ炒め	チンゲン菜の中華炒め	ジューシー(炊き込みご飯)	青のりポテト
	鯖の塩焼き	鶏肉の治部煮	白身魚の粒マスタード焼き	花野菜サラダ	豚肉の卵とじ	もずく酢	白身魚フライ
	にらの卵とじ	なすの炒め物	れんこんのピリ辛煮		根菜のおかか煮	ラフテー風	マカロニソテー
	レタスの酢味噌和え	キャベツと竹輪の辛子和え	キウイフルーツ		たたき胡瓜	人参しりしりー	豆サラダ
	I補計 - :707kcal タバク :29.1g 脂質 :31.2g 炭水化:71.2g 食塩相:2.1g	I補計 - :545kcal タバク :23.0g 脂質 :13.5g 炭水化:79.1g 食塩相:2.3g	I補計 - :503kcal タバク :20.0g 脂質 :12.6g 炭水化:75.2g 食塩相:1.1g	I補計 - :472kcal タバク :18.1g 脂質 :13.5g 炭水化:68.6g 食塩相:3.2g	I補計 - :515kcal タバク :20.9g 脂質 :13.3g 炭水化:74.4g 食塩相:1.7g	I補計 - :836kcal タバク :27.7g 脂質 :40.2g 炭水化:84.2g 食塩相:3.2g	I補計 - :584kcal タバク :18.2g 脂質 :13.5g 炭水化:95.3g 食塩相:2.5g
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）
	卵豆腐	漬物	大根サラダ	いんげんの煮浸し	漬物	カクテル缶	フルーツ（黄桃缶）
	牛肉のしぐれ煮	千草焼	肉野菜炒め	豚肉の八丁味噌炒め	照り焼ハンバーグ	蒸し鶏のごまだれ	鶏肉のオイスターソース炒め
	さつま芋の甘煮	五目ひじき煮	厚揚げの煮物	じゃがいもの煮物	高野豆腐の含め煮	長芋のおかか煮	焼売
	枝豆サラダ	もやしのごま酢和え	オクラの土佐和え	白菜の梅肉和え	ほうれん草のくるみ和え	トマトとワカメのサラダ	蒸しなす
	I補計 - :587kcal タバク :19.4g 脂質 :16.0g 炭水化:87.6g 食塩相:1.6g	I補計 - :497kcal タバク :21.2g 脂質 :12.3g 炭水化:71.5g 食塩相:2.1g	I補計 - :605kcal タバク :24.0g 脂質 :23.3g 炭水化:70.5g 食塩相:1.6g	I補計 - :568kcal タバク :20.5g 脂質 :17.5g 炭水化:78.4g 食塩相:2.3g	I補計 - :467kcal タバク :16.6g 脂質 :12.3g 炭水化:70.6g 食塩相:1.8g	I補計 - :524kcal タバク :19.6g 脂質 :12.8g 炭水化:77.6g 食塩相:1.8g	I補計 - :532kcal タバク :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	ドームケーキ	マンゴープリン	いちごクレープ	ロールケーキ（チョコ）	黒糖まんじゅう
	I補計 - :28kcal タバク :0.4g 脂質 :0.1g 炭水化:6.2g 食塩相:0.0g	I補計 - :89kcal タバク :1.2g 脂質 :3.2g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	I補計 - :106kcal タバク :2.4g 脂質 :1.5g 炭水化:21.1g 食塩相:0.0g	I補計 - :79kcal タバク :2.1g 脂質 :2.3g 炭水化:12.3g 食塩相:0.1g	I補計 - :84kcal タバク :0.8g 脂質 :5.2g 炭水化:8.4g 食塩相:0.1g	I補計 - :93kcal タバク :1.3g 脂質 :5.0g 炭水化:10.8g 食塩相:0.1g	I補計 - :66kcal タバク :1.3g 脂質 :0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g
日計	I補計 - :1726kcal タバク :58.4g 脂質 :52.7g 炭水化:242.1g 食塩相:5.1g	I補計 - :1509kcal タバク :56.9g 脂質 :33.1g 炭水化:236.8g 食塩相:5.4g	I補計 - :1745kcal タバク :60.4g 脂質 :55.1g 炭水化:245.7g 食塩相:5.0g	I補計 - :1530kcal タバク :51.3g 脂質 :39.4g 炭水化:234.9g 食塩相:7.1g	I補計 - :1619kcal タバク :52.7g 脂質 :46.7g 炭水化:241.0g 食塩相:5.5g	I補計 - :1856kcal タバク :58.9g 脂質 :62.1g 炭水化:251.6g 食塩相:6.5g	I補計 - :1572kcal タバク :54.1g 脂質 :30.4g 炭水化:262.8g 食塩相:5.0g