

週間献立表

ハートフル瀬谷

透析①

2025年3月30日(日)～2025年4月5日(土)

	3月30日(日)	3月31日(月)	4月1日(火)	4月2日(水)	4月3日(木)	4月4日(金)	4月5日(土)
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	パン又は御飯 トマトビーンズ オクラのサラダ フルーツ缶（黄桃） ヤクルト	御飯又はパン 肉団子と冬瓜の煮物 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 豆腐しんじょの銀あんかけ 小松菜のわさび和え 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 ミートオムレツ ポテトサラダ カクテル缶 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補計 -:437kcal タバク:13.6g 脂質 :7.8g 炭水化:75.8g 食塩相:1.7g	I補計 -:440kcal タバク:14.1g 脂質 :6.9g 炭水化:80.8g 食塩相:1.8g	I補計 -:436kcal タバク:10.1g 脂質 :7.4g 炭水化:80.1g 食塩相:1.4g	I補計 -:424kcal タバク:10.8g 脂質 :7.8g 炭水化:74.7g 食塩相:1.6g	I補計 -:438kcal タバク:12.6g 脂質 :5.5g 炭水化:81.6g 食塩相:1.4g	I補計 -:497kcal タバク:14.8g 脂質 :9.1g 炭水化:88.6g 食塩相:2.1g	I補計 -:407kcal タバク:12.0g 脂質 :4.3g 炭水化:78.1g 食塩相:1.2g
昼食	御飯（160g） 卵豆腐 白身魚のきのこソース なすとピーマンの味噌炒め もやしの酢の物	御飯（160g） スパゲティサラダ 鶏肉と野菜の黒酢あん れんこんピリ辛炒め チンゲン菜のナムル	筍ご飯 白菜の煮物 鯖の生姜煮 里芋の煮物 菜の花の土佐和え	御飯（160g） 肉団子と大根の煮物 鶏肉の味噌だれ焼 もやしの和風炒め コロコロサラダ	御飯（160g） 豆サラダ 鰯のゆず胡椒焼き キャベツのカレー炒め とろろ芋	焼き鳥丼 白菜のお浸し スナップさやの塩炒め 青りんごゼリー	豆ごはん ブロッコリーサラダ 鯖の竜田揚げおろしぽん酢 白菜のうま煮 青梗菜の生姜和え
	I補計 -:478kcal タバク:15.8g 脂質 :11.9g 炭水化:75.5g 食塩相:2.2g	I補計 -:703kcal タバク:23.1g 脂質 :26.1g 炭水化:88.7g 食塩相:2.3g	I補計 -:533kcal タバク:20.3g 脂質 :17.4g 炭水化:69.6g 食塩相:2.4g	I補計 -:597kcal タバク:25.3g 脂質 :18.4g 炭水化:78.1g 食塩相:2.4g	I補計 -:521kcal タバク:24.3g 脂質 :13.0g 炭水化:73.7g 食塩相:1.9g	I補計 -:528kcal タバク:20.2g 脂質 :14.4g 炭水化:76.7g 食塩相:1.6g	I補計 -:594kcal タバク:22.0g 脂質 :23.5g 炭水化:69.2g 食塩相:2.1g
夕食	御飯（160gタ） 青菜の玉子炒め 鶏肉のカレーパン粉焼 ツナサラダ フルーツ缶	御飯（160gタ） 漬物 めばるの照り焼き じゃが芋そぼろ煮 レタスぬた和え	御飯（160gタ） 小松菜と鶏肉のごま和え 豚肉の塩麴焼き ブロッコリー炒め キャベツの甘酢生姜和え	御飯（160gタ） 青菜の炒め煮 サーモンフライ さつま芋の甘煮 白菜の中華和え	御飯（160gタ） ピクルス ハンバーグクリームソースかけ ウインナーと野菜のソテー 野菜サラダ	御飯（160gタ） 豆腐サラダ 鯖の西京焼 ブロッコリー和風あん 小松菜のなめ茸和え	御飯（160gタ） 金時煮豆 豚しゃぶ 里芋の煮ころがし カラフルサラダ
	I補計 -:596kcal タバク:25.4g 脂質 :20.9g 炭水化:72.2g 食塩相:1.3g	I補計 -:458kcal タバク:20.5g 脂質 :7.5g 炭水化:73.5g 食塩相:2.4g	I補計 -:526kcal タバク:24.0g 脂質 :15.4g 炭水化:68.7g 食塩相:1.7g	I補計 -:579kcal タバク:19.5g 脂質 :10.9g 炭水化:99.0g 食塩相:1.6g	I補計 -:564kcal タバク:19.7g 脂質 :17.6g 炭水化:79.4g 食塩相:2.6g	I補計 -:476kcal タバク:23.4g 脂質 :10.8g 炭水化:68.4g 食塩相:1.9g	I補計 -:629kcal タバク:22.1g 脂質 :17.0g 炭水化:91.6g 食塩相:1.8g
おやつ	チョコクレープ	塩まんじゅう	チョコバウム	プチシュー	ドーナツ	人形焼	バナナムース
	I補計 -:86kcal タバク:0.8g 脂質 :5.2g 炭水化:9.1g 食塩相:0.1g	I補計 -:66kcal タバク:1.2g 脂質 :0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g	I補計 -:81kcal タバク:1.4g 脂質 :3.5g 炭水化:10.9g 食塩相:0.1g	I補計 -:49kcal タバク:0.8g 脂質 :3.1g 炭水化:4.3g 食塩相:0.0g	I補計 -:114kcal タバク:1.7g 脂質 :5.5g 炭水化:14.8g 食塩相:0.2g	I補計 -:75kcal タバク:1.5g 脂質 :1.3g 炭水化:14.3g 食塩相:0.0g	I補計 -:46kcal タバク:1.1g 脂質 :1.1g 炭水化:8.4g 食塩相:0.2g
日計	I補計 -:1597kcal タバク:55.6g 脂質 :45.8g 炭水化:232.6g 食塩相:5.3g	I補計 -:1667kcal タバク:58.9g 脂質 :40.6g 炭水化:258.2g 食塩相:6.7g	I補計 -:1576kcal タバク:55.8g 脂質 :43.7g 炭水化:229.3g 食塩相:5.7g	I補計 -:1649kcal タバク:56.4g 脂質 :40.2g 炭水化:256.1g 食塩相:5.6g	I補計 -:1637kcal タバク:58.3g 脂質 :41.6g 炭水化:249.5g 食塩相:6.2g	I補計 -:1576kcal タバク:59.9g 脂質 :35.6g 炭水化:248.0g 食塩相:5.7g	I補計 -:1676kcal タバク:57.2g 脂質 :45.9g 炭水化:247.3g 食塩相:5.3g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析②

2025年4月6日(日)～2025年4月12日(土)

	4月6日(日)	4月7日(月)	4月8日(火)	4月9日(水)	4月10日(木)	4月11日(金)	4月12日(土)
朝食	御飯又はパン 厚焼き卵 もやしののり和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 大根のそぼろ煮 キャベツの香味醤油あえ ふりかけ ヤクルト	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	パン又は御飯 クリーム煮 ごぼうサラダ 黄桃缶 ヤクルト	御飯又はパン 肉じゃが 菜の花のサラダ 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 キャベツの辛子マヨ和え 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補正 -432kcal 卵白ク:12.0g 脂質 :7.3g 炭水化:78.4g 食塩相:1.2g	I補正 -407kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :4.3g 炭水化:77.2g 食塩相:1.5g	I補正 -406kcal 卵白ク:10.6g 脂質 :5.7g 炭水化:75.6g 食塩相:1.3g	I補正 -498kcal 卵白ク:14.8g 脂質 :6.6g 炭水化:95.1g 食塩相:2.1g	I補正 -459kcal 卵白ク:12.6g 脂質 :5.4g 炭水化:86.8g 食塩相:1.2g	I補正 -420kcal 卵白ク:10.7g 脂質 :6.5g 炭水化:77.4g 食塩相:1.2g	I補正 -485kcal 卵白ク:16.4g 脂質 :8.2g 炭水化:86.1g 食塩相:2.5g
昼食	御飯(160g) パンプキンサラダ 白身魚の葱味噌焼 さつま芋のオレンジ煮 ほうれん草の胡麻和え	御飯(160g) マカロニサラダ 鶏の唐揚げ 金平ごぼう ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾙのサラダ	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 バナナヨーグルト	御飯(160g) 卵豆腐 豚肉のバーベキュー炒め 南瓜のチーズ焼き ブロッコリーサラダ	海老かき揚げうどん 五目煮 白菜のゆかり和え	シーフードカレー きのこサラダ 福神漬け 杏仁豆腐
	I補正 -558kcal 卵白ク:19.5g 脂質 :10.9g 炭水化:93.5g 食塩相:1.3g	I補正 -756kcal 卵白ク:24.9g 脂質 :33.7g 炭水化:84.2g 食塩相:2.0g	I補正 -543kcal 卵白ク:23.5g 脂質 :9.5g 炭水化:86.9g 食塩相:2.5g	I補正 -577kcal 卵白ク:19.6g 脂質 :12.7g 炭水化:94.4g 食塩相:2.1g	I補正 -622kcal 卵白ク:25.9g 脂質 :24.3g 炭水化:71.7g 食塩相:1.5g	I補正 -505kcal 卵白ク:17.5g 脂質 :10.4g 炭水化:82.3g 食塩相:3.6g	I補正 -417kcal 卵白ク:18.5g 脂質 :11.1g 炭水化:60.8g 食塩相:3.1g
夕食	御飯(160gタ) お麩の卵とじ 豆腐の中華あんかけ えびシューマイ 白菜の中華サラダ	御飯(160gタ) なすの味噌煮 鱈の煮付け じゃが芋の炒め物 オクラの梅肉和え	御飯(160gタ) キャベツの浅漬け 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タ) 大根の甘味噌かけ 擬製豆腐 ひじきの煮物 小松菜の甘酢生姜和え	御飯(160gタ) もやしの和風炒め 白身魚の和風ステーキ 冬瓜の煮物 冷奴	御飯(160gタ) 卵とじ 豚肉の生姜焼 高野豆腐の含め煮 しらすのサラダ	御飯(160gタ) 豆腐のえびくず煮 麻婆茄子 れんこんの山椒炒め いんげんの香り和え
	I補正 -586kcal 卵白ク:25.5g 脂質 :18.0g 炭水化:74.9g 食塩相:2.6g	I補正 -508kcal 卵白ク:18.5g 脂質 :12.2g 炭水化:78.1g 食塩相:2.2g	I補正 -537kcal 卵白ク:21.6g 脂質 :18.3g 炭水化:68.7g 食塩相:1.9g	I補正 -493kcal 卵白ク:21.3g 脂質 :11.0g 炭水化:74.9g 食塩相:1.9g	I補正 -442kcal 卵白ク:20.9g 脂質 :7.1g 炭水化:69.9g 食塩相:2.4g	I補正 -586kcal 卵白ク:28.0g 脂質 :18.7g 炭水化:70.9g 食塩相:1.9g	I補正 -574kcal 卵白ク:19.6g 脂質 :19.6g 炭水化:76.7g 食塩相:1.7g
おやつ	もみじまんじゅう	和のパンケーキ(きなこ)	☆手作りおやつ☆ クリームあんみつ	チョコブッセ	おせんべい	ピーチムース	今川焼き
	I補正 -107kcal 卵白ク:2.0g 脂質 :2.1g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g	I補正 -55kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :1.9g 炭水化:8.7g 食塩相:0.1g	I補正 -96kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :1.5g 炭水化:19.9g 食塩相:0.0g	I補正 -89kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :3.2g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	I補正 -47kcal 卵白ク:0.4g 脂質 :1.4g 炭水化:8.2g 食塩相:0.2g	I補正 -54kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :1.1g 炭水化:10.2g 食塩相:0.2g	I補正 -91kcal 卵白ク:1.6g 脂質 :3.2g 炭水化:14.0g 食塩相:0.2g
日計	I補正 -1683kcal 卵白ク:59.0g 脂質 :38.3g 炭水化:266.7g 食塩相:5.2g	I補正 -1726kcal 卵白ク:56.7g 脂質 :52.1g 炭水化:248.2g 食塩相:5.8g	I補正 -1582kcal 卵白ク:56.5g 脂質 :35.0g 炭水化:251.1g 食塩相:5.8g	I補正 -1657kcal 卵白ク:56.9g 脂質 :33.5g 炭水化:278.3g 食塩相:6.2g	I補正 -1570kcal 卵白ク:59.8g 脂質 :38.2g 炭水化:236.6g 食塩相:5.2g	I補正 -1565kcal 卵白ク:57.4g 脂質 :36.7g 炭水化:240.8g 食塩相:6.9g	I補正 -1567kcal 卵白ク:56.1g 脂質 :42.1g 炭水化:237.6g 食塩相:7.5g

週間献立表

ハートフル瀬谷

透析③

2025年4月13日(日)～2025年4月19日（土）

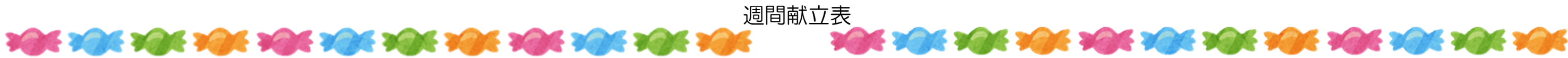
	4月13日(日)	4月14日(月)	4月15日(火)	4月16日(水)	4月17日(木)	4月18日(金)	4月19日(土)
朝食	御飯又はパン 豆腐と野菜の炒め物 しらす和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 信田巻きの含め煮 いんげんのピーナッツ和え のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 ミネストローネ マカロニサラダ みかん缶 ヤクルト	御飯又はパン さばの塩焼き アスパラのごまマヨ和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ウインナーソテー スパゲッティサラダ パイン缶 ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 チンゲン菜のごま和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 白菜と厚揚げの中華炒め おくらなのり佃煮和え ふりかけ ヤクルト
	Iカロリー -426kcal タバコ:13.0g 脂質 :7.5g 炭水化:73.8g 食塩相:1.2g	Iカロリー -433kcal タバコ:12.4g 脂質 :6.1g 炭水化:79.7g 食塩相:1.7g	Iカロリー -509kcal タバコ:13.3g 脂質 :11.8g 炭水化:87.7g 食塩相:1.8g	Iカロリー -512kcal タバコ:14.1g 脂質 :17.9g 炭水化:69.7g 食塩相:1.3g	Iカロリー -580kcal タバコ:14.9g 脂質 :16.8g 炭水化:92.1g 食塩相:2.2g	Iカロリー -446kcal タバコ:13.5g 脂質 :7.4g 炭水化:77.8g 食塩相:1.5g	Iカロリー -381kcal タバコ:7.9g 脂質 :5.0g 炭水化:73.6g 食塩相:1.0g
昼食	御飯（160g） 白菜の浅漬 豚肉の朝鮮焼 水餃子 ブロッコリーのサラダ	御飯（160g） みかん缶 ハンバーグトマトソース ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞｳのソテー ポテトサラダ	御飯（160g） 卵豆腐 とんかつ 根菜炒り煮 ｶﾚｰのﾄﾚｯｼﾝｸﾞ 和え	御飯（160g） 卵豆腐 鶏肉の七味焼 白菜のうま煮 菜の花の辛し和え	【春御膳】 梅しらすごはん/漬物 清し汁 天ぷら盛り合わせ 若竹煮/ふんわり真薯銀あん 水ようかん(苺風味)	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） ミートボール 鶏肉のﾏｯｼｭﾎﾟﾂﾄ焼 がんもの煮物 蒸しなす
	Iカロリー -548kcal タバコ:22.7g 脂質 :17.1g 炭水化:72.5g 食塩相:2.0g	Iカロリー -516kcal タバコ:14.8g 脂質 :12.0g 炭水化:85.2g 食塩相:1.8g	Iカロリー -528kcal タバコ:15.7g 脂質 :12.9g 炭水化:85.3g 食塩相:2.0g	Iカロリー -521kcal タバコ:24.3g 脂質 :15.3g 炭水化:67.0g 食塩相:2.3g	Iカロリー -619kcal タバコ:17.8g 脂質 :15.5g 炭水化:101.5g 食塩相:4.9g	Iカロリー -543kcal タバコ:20.7g 脂質 :15.2g 炭水化:78.9g 食塩相:1.4g	Iカロリー -623kcal タバコ:23.6g 脂質 :22.0g 炭水化:79.1g 食塩相:2.4g
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 白菜の柚子風味和え	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） 金時煮豆 赤魚の山椒焼 里芋の味噌煮 胡瓜のおかか和え	御飯（160gタ） さつま揚げの煮物 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） 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） さつま芋とそら豆のサラダ 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） ｶﾚｰのﾏﾈｰｽﾞ 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カロリー -481kcal タバコ:20.0g 脂質 :10.0g 炭水化:74.6g 食塩相:1.6g	Iカロリー -532kcal タバコ:27.7g 脂質 :11.3g 炭水化:75.3g 食塩相:1.5g	Iカロリー -516kcal タバコ:26.4g 脂質 :6.5g 炭水化:84.6g 食塩相:1.4g	Iカロリー -585kcal タバコ:20.6g 脂質 :14.5g 炭水化:87.0g 食塩相:3.1g	Iカロリー -491kcal タバコ:23.6g 脂質 :10.6g 炭水化:72.0g 食塩相:1.4g	Iカロリー -570kcal タバコ:22.9g 脂質 :17.1g 炭水化:76.7g 食塩相:1.5g	Iカロリー -519kcal タバコ:25.9g 脂質 :11.6g 炭水化:75.6g 食塩相:2.1g
おやつ	ロールケーキ（バニラ）	バウムクーヘン	たい焼き	チーズ蒸しケーキ	おせんべい	ブッセ（クリーム）	パンケーキ（抹茶クリーム）
	Iカロリー -95kcal タバコ:1.3g 脂質 :3.9g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g	Iカロリー -87kcal タバコ:1.2g 脂質 :3.7g 炭水化:12.3g 食塩相:0.1g	Iカロリー -68kcal タバコ:1.5g 脂質 :0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g	Iカロリー -127kcal タバコ:2.4g 脂質 :4.6g 炭水化:19.0g 食塩相:0.0g	Iカロリー -46kcal タバコ:0.5g 脂質 :1.3g 炭水化:8.1g 食塩相:0.2g	Iカロリー -82kcal タバコ:1.1g 脂質 :2.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	Iカロリー -56kcal タバコ:1.0g 脂質 :2.1g 炭水化:8.2g 食塩相:0.1g
日計	Iカロリー -1550kcal タバコ:57.0g 脂質 :38.5g 炭水化:234.8g 食塩相:4.9g	Iカロリー -1568kcal タバコ:56.1g 脂質 :33.1g 炭水化:252.5g 食塩相:5.1g	Iカロリー -1621kcal タバコ:56.9g 脂質 :31.7g 炭水化:271.9g 食塩相:5.4g	Iカロリー -1745kcal タバコ:61.4g 脂質 :52.3g 炭水化:242.7g 食塩相:6.8g	Iカロリー -1736kcal タバコ:56.8g 脂質 :44.2g 炭水化:273.7g 食塩相:8.8g	Iカロリー -1641kcal タバコ:58.2g 脂質 :41.9g 炭水化:247.9g 食塩相:4.4g	Iカロリー -1579kcal タバコ:58.4g 脂質 :40.7g 炭水化:236.5g 食塩相:5.5g

ハートフル瀬谷

透析④

2025年4月20日(日)～2025年4月26日（土）

	4月20日(日)	4月21日(月)	4月22日(火)	4月23日(水)	4月24日(木)	4月25日(金)	4月26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 ごぼうサラダ 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 魚の香味焼 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 - :377kcal タバク :10.8g 脂質 :2.0g 炭水化:77.2g 食塩相:1.4g	I補計 - :639kcal タバク :20.8g 脂質 :24.2g 炭水化:83.8g 食塩相:2.1g	I補計 - :396kcal タバク :9.9g 脂質 :5.4g 炭水化:74.8g 食塩相:1.4g	I補計 - :432kcal タバク :12.2g 脂質 :7.8g 炭水化:75.9g 食塩相:1.4g	I補計 - :398kcal タバク :11.2g 脂質 :4.6g 炭水化:75.4g 食塩相:1.2g	I補計 - :381kcal タバク :15.0g 脂質 :2.5g 炭水化:72.4g 食塩相:1.0g	I補計 - :566kcal タバク :15.5g 脂質 :17.8g 炭水化:85.7g 食塩相:2.0g
昼食	御飯（160g） 厚焼卵 鯖の紅葉焼き さつま芋のじゃこ炒め キャベツの磯和え	とんこつ醤油ラーメン 焼き餃子 チョレギサラダ	【誕生日セレクト】 A油淋鶏 Bかに玉甘酢あん 中華スープ チャーハン レタスサラダ パイナップル	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） 焼売 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	ポークカレー ソラマメ入りサラダ 福神漬け オレンジゼリー	御飯（160g） しろ菜とエビのお浸し 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
	I補計 - :693kcal タバク :26.8g 脂質 :22.3g 炭水化:93.2g 食塩相:2.4g	I補計 - :445kcal タバク :17.0g 脂質 :10.5g 炭水化:67.9g 食塩相:3.7g	I補計 - :606kcal タバク :24.3g 脂質 :25.3g 炭水化:65.3g 食塩相:2.2g	I補計 - :576kcal タバク :24.9g 脂質 :20.5g 炭水化:69.3g 食塩相:1.7g	I補計 - :581kcal タバク :17.1g 脂質 :18.6g 炭水化:83.0g 食塩相:1.8g	I補計 - :627kcal タバク :18.5g 脂質 :18.0g 炭水化:93.7g 食塩相:2.8g	I補計 - :573kcal タバク :20.0g 脂質 :14.8g 炭水化:88.0g 食塩相:2.2g
夕食	御飯（160gタ） 大根のかにかま和え 鶏肉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 赤魚の味噌焼き 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 鰯の竜田焼 大豆とお芋の煮物 キャベツのサラダ	御飯（160gタ） 煮浸し 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） キャベツのしらす和え 丼ソテー ガーリックオニオン 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 しろ菜のごま和え
	I補計 - :588kcal タバク :20.8g 脂質 :18.2g 炭水化:81.4g 食塩相:1.7g	I補計 - :452kcal タバク :19.4g 脂質 :6.5g 炭水化:77.3g 食塩相:2.4g	I補計 - :580kcal タバク :23.6g 脂質 :13.4g 炭水化:88.3g 食塩相:2.0g	I補計 - :485kcal タバク :18.9g 脂質 :11.4g 炭水化:72.0g 食塩相:2.1g	I補計 - :465kcal タバク :24.3g 脂質 :9.0g 炭水化:67.9g 食塩相:2.4g	I補計 - :523kcal タバク :21.9g 脂質 :16.2g 炭水化:69.2g 食塩相:2.0g	I補計 - :511kcal タバク :20.0g 脂質 :13.9g 炭水化:73.5g 食塩相:2.8g
おやつ	水ようかん	黒糖まんじゅう	お誕生日ケーキ	ロールケーキ（3-ヒ-）	どら焼き	あんドーナツ	レモンケーキ
	I補計 - :68kcal タバク :1.0g 脂質 :0.0g 炭水化:16.0g 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	I補計 - :73kcal タバク :1.0g 脂質 :3.8g 炭水化:8.6g 食塩相:0.0g	I補計 - :92kcal タバク :1.4g 脂質 :3.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	I補計 - :142kcal タバク :3.3g 脂質 :1.3g 炭水化:29.4g 食塩相:0.2g	I補計 - :70kcal タバク :1.1g 脂質 :2.8g 炭水化:10.2g 食塩相:0.1g	I補計 - :58kcal タバク :1.2g 脂質 :2.5g 炭水化:7.6g 食塩相:0.1g
日計	I補計 - :1726kcal タバク :59.4g 脂質 :42.5g 炭水化:267.8g 食塩相:5.6g	I補計 - :1602kcal タバク :58.5g 脂質 :41.3g 炭水化:243.9g 食塩相:8.3g	I補計 - :1655kcal タバク :58.8g 脂質 :47.9g 炭水化:237.0g 食塩相:5.6g	I補計 - :1585kcal タバク :57.4g 脂質 :42.9g 炭水化:231.7g 食塩相:5.3g	I補計 - :1586kcal タバク :55.9g 脂質 :33.5g 炭水化:255.7g 食塩相:5.6g	I補計 - :1601kcal タバク :56.5g 脂質 :39.5g 炭水化:245.5g 食塩相:5.8g	I補計 - :1708kcal タバク :56.7g 脂質 :49.0g 炭水化:254.8g 食塩相:7.2g



ハートフル瀬谷

透析⑤

2025年4月27日(日)～2025年4月30日(水)

	4月27日(日)	4月28日(月)	4月29日(火)	4月30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補正 - :382kcal タバコ :9.4g 脂質 :3.0g 炭水化:76.5g 食塩相:1.2g	I補正 - :399kcal タバコ :10.7g 脂質 :2.1g 炭水化:82.0g 食塩相:1.4g	I補正 - :390kcal タバコ :8.7g 脂質 :4.8g 炭水化:75.5g 食塩相:1.1g	I補正 - :579kcal タバコ :17.6g 脂質 :18.9g 炭水化:85.0g 食塩相:1.8g			
昼食	御飯(160g) スナップさやのソテー 鰯のピリ辛ねぎソース 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	御飯(160g) はんぺん煮 鰯の幽庵焼 里芋の青のりバター カニ風味和え	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補正 - :557kcal タバコ :28.3g 脂質 :16.5g 炭水化:71.4g 食塩相:2.5g	I補正 - :615kcal タバコ :24.1g 脂質 :23.0g 炭水化:75.5g 食塩相:1.5g	I補正 - :504kcal タバコ :22.2g 脂質 :10.8g 炭水化:76.3g 食塩相:2.6g	I補正 - :585kcal タバコ :24.2g 脂質 :19.5g 炭水化:76.5g 食塩相:1.3g			
夕食	御飯(160gタ) フルーツヨーグルト 揚げだし豆腐のカニ風味あんかけ 里芋と豚肉の煮物 わかめサラダ	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) なると煮 白身魚のバター醤油かけ じゃが芋金平 もやしの和え物			
	I補正 - :540kcal タバコ :16.9g 脂質 :13.0g 炭水化:86.2g 食塩相:1.5g	I補正 - :484kcal タバコ :22.5g 脂質 :10.9g 炭水化:71.4g 食塩相:1.7g	I補正 - :468kcal タバコ :23.0g 脂質 :6.3g 炭水化:77.0g 食塩相:1.5g	I補正 - :478kcal タバコ :22.3g 脂質 :7.5g 炭水化:77.4g 食塩相:1.6g			
おやつ	カステラ	チョコクレープ	ワッフル(ホイップ & カスタード)	ぶどうゼリー			
	I補正 - :83kcal タバコ :1.7g 脂質 :1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g	I補正 - :86kcal タバコ :0.8g 脂質 :5.2g 炭水化:9.1g 食塩相:0.1g	I補正 - :121kcal タバコ :2.3g 脂質 :5.9g 炭水化:14.6g 食塩相:0.2g	I補正 - :58kcal タバコ :0.0g 脂質 :0.6g 炭水化:13.2g 食塩相:0.0g			
日計	I補正 - :1562kcal タバコ :56.3g 脂質 :33.5g 炭水化:250.8g 食塩相:5.3g	I補正 - :1584kcal タバコ :58.1g 脂質 :41.2g 炭水化:238.0g 食塩相:4.7g	I補正 - :1483kcal タバコ :56.2g 脂質 :27.8g 炭水化:243.4g 食塩相:5.2g	I補正 - :1700kcal タバコ :64.1g 脂質 :46.5g 炭水化:252.1g 食塩相:4.7g			