

週間献立表



ハートフル瀬谷

透析①

2025年4月27日(日)～2025年5月3日(土)

	4月27日(日)	4月28日(月)	4月29日(火)	4月30日(水)	5月1日(木)	5月2日(金)	5月3日(土)
朝	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
食	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	はんぺんの煮物 小松菜の信田和え たいみそ ヤクルト	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	スクランブルエッグ お豆のサラダ 黄桃缶 ヤクルト	お魚ボールの煮物 胡瓜の酢の物 のり佃煮 ヤクルト	炒り豆腐 ほうれん草のお浸し ふりかけ ヤクルト	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
	エネルギー:-382kcal 糖質:9.4g 脂質:3.0g 炭水化:76.5g 食塩相:1.2g	エネルギー:-399kcal 糖質:10.7g 脂質:2.1g 炭水化:82.0g 食塩相:1.4g	エネルギー:-390kcal 糖質:8.7g 脂質:4.8g 炭水化:75.5g 食塩相:1.1g	エネルギー:-579kcal 糖質:17.6g 脂質:18.9g 炭水化:85.0g 食塩相:1.8g	エネルギー:-415kcal 糖質:9.2g 脂質:6.0g 炭水化:77.6g 食塩相:1.3g	エネルギー:-435kcal 糖質:14.9g 脂質:7.5g 炭水化:73.7g 食塩相:1.3g	エネルギー:-514kcal 糖質:17.8g 脂質:10.6g 炭水化:87.2g 食塩相:1.9g
昼	御飯(160g)						
食	スナップさやのソテー 鱈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	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	はんぺん煮 鱈の幽庵焼 里芋の青のりバター カニ風味和え	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	水餃子 鱈のオーロラソース焼き ピーマンと竹輪のソテー スナップエンドウのサラダ	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	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
	エネルギー:-557kcal 糖質:28.3g 脂質:16.5g 炭水化:71.4g 食塩相:2.5g	エネルギー:-615kcal 糖質:24.1g 脂質:23.0g 炭水化:75.5g 食塩相:1.5g	エネルギー:-504kcal 糖質:22.2g 脂質:10.8g 炭水化:76.3g 食塩相:2.6g	エネルギー:-585kcal 糖質:24.2g 脂質:19.5g 炭水化:76.5g 食塩相:1.3g	エネルギー:-567kcal 糖質:22.2g 脂質:16.8g 炭水化:79.5g 食塩相:2.6g	エネルギー:-588kcal 糖質:20.4g 脂質:22.0g 炭水化:72.4g 食塩相:1.7g	エネルギー:-586kcal 糖質:22.6g 脂質:16.5g 炭水化:83.7g 食塩相:2.6g
夕	御飯(160g夕)						
食	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	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	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	なると煮 白身魚のバター醤油がけ じゃが芋金平 もやしの和え物	里芋の信田煮 豚肉の塩麴焼き 豆腐の和風あんかけ 大根のしその実和え	マッシュさつま芋 鱈のカレー竜田風 れんこん炒り煮 いんげんの生姜和え	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
	エネルギー:-540kcal 糖質:16.9g 脂質:13.0g 炭水化:86.2g 食塩相:1.5g	エネルギー:-484kcal 糖質:22.5g 脂質:10.9g 炭水化:71.4g 食塩相:1.7g	エネルギー:-468kcal 糖質:23.0g 脂質:6.3g 炭水化:77.0g 食塩相:1.5g	エネルギー:-478kcal 糖質:22.3g 脂質:7.5g 炭水化:77.4g 食塩相:1.6g	エネルギー:-605kcal 糖質:24.7g 脂質:21.5g 炭水化:72.6g 食塩相:1.9g	エネルギー:-577kcal 糖質:22.1g 脂質:14.4g 炭水化:86.1g 食塩相:1.7g	エネルギー:-438kcal 糖質:16.6g 脂質:11.2g 炭水化:63.9g 食塩相:1.5g
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	オレンジケーキ	紅茶ケーキ	黒糖まんじゅう
	エネルギー:-83kcal 糖質:1.7g 脂質:1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g	エネルギー:-86kcal 糖質:0.8g 脂質:5.2g 炭水化:9.1g 食塩相:0.1g	エネルギー:-121kcal 糖質:2.3g 脂質:5.9g 炭水化:14.6g 食塩相:0.2g	エネルギー:-58kcal 糖質:0.0g 脂質:0.6g 炭水化:13.2g 食塩相:0.0g	エネルギー:-69kcal 糖質:1.3g 脂質:2.3g 炭水化:10.8g 食塩相:0.1g	エネルギー:-62kcal 糖質:1.5g 脂質:1.5g 炭水化:10.6g 食塩相:0.0g	エネルギー:-66kcal 糖質:1.3g 脂質:0.1g 炭水化:14.9g 食塩相:0.0g
日計	エネルギー:-1562kcal 糖質:56.3g 脂質:33.5g 炭水化:250.8g 食塩相:5.3g	エネルギー:-1584kcal 糖質:58.1g 脂質:41.2g 炭水化:238.0g 食塩相:4.7g	エネルギー:-1483kcal 糖質:56.2g 脂質:27.8g 炭水化:243.4g 食塩相:5.2g	エネルギー:-1700kcal 糖質:64.1g 脂質:46.5g 炭水化:252.1g 食塩相:4.7g	エネルギー:-1656kcal 糖質:57.4g 脂質:46.6g 炭水化:240.5g 食塩相:5.9g	エネルギー:-1662kcal 糖質:58.9g 脂質:45.4g 炭水化:242.8g 食塩相:4.8g	エネルギー:-1604kcal 糖質:58.3g 脂質:38.4g 炭水化:249.7g 食塩相:6.0g

週間献立表



ハートフル瀬谷

透析②

2025年5月4日(日)~2025年5月10日(土)



	5月4日(日)	5月5日(月)	5月6日(火)	5月7日(水)	5月8日(木)	5月9日(金)	5月10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	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	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 さつま揚げの煮物 チンゲン菜のサラダ 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 パンプキンサラダ フルーツ (黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 鱈の野菜あんかけ 高菜和え 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 -428kcal 卵白ク:14.1g 脂質 :5.8g 炭水化:77.3g 食塩相:1.1g	I補給 -475kcal 卵白ク:14.1g 脂質 :9.0g 炭水化:84.3g 食塩相:2.0g	I補給 -398kcal 卵白ク:11.5g 脂質 :3.4g 炭水化:77.4g 食塩相:1.6g	I補給 -551kcal 卵白ク:16.2g 脂質 :15.0g 炭水化:87.6g 食塩相:2.0g	I補給 -380kcal 卵白ク:14.3g 脂質 :2.9g 炭水化:71.3g 食塩相:1.0g	I補給 -442kcal 卵白ク:12.9g 脂質 :10.0g 炭水化:73.8g 食塩相:1.2g
昼食	御飯 (160g) 温泉卵 ポークソテーにオリーブオイル れんこん金平 春雨サラダ	【こどもの日】 オムライス エビフライ/ナポリタン コーンスープ コールスローサラダ ブルーベリーヨーグルト	御飯 (160g) 金時煮豆 鱈のきのこあんかけ 金平ごぼう キャベツとツナのサラダ	菜めし エビ焼売 鯖の塩焼 さつま芋のオレンジ煮 もやしの生姜和え	シーフードカレー きのこサラダ 漬物 りんご	御飯 (160g) しろ菜のお浸し 他人とじ 里芋の煮物 スタッフエントウのサラダ	御飯 (160g) にらまん 肉団子の酢豚 もやしのナムル 杏仁豆腐
	I補給 -586kcal 卵白ク:20.4g 脂質 :18.2g 炭水化:80.7g 食塩相:2.2g	I補給 -578kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :14.4g 炭水化:89.5g 食塩相:2.6g	I補給 -452kcal 卵白ク:22.4g 脂質 :6.6g 炭水化:73.2g 食塩相:2.7g	I補給 -580kcal 卵白ク:17.9g 脂質 :17.5g 炭水化:83.2g 食塩相:1.8g	I補給 -499kcal 卵白ク:16.5g 脂質 :8.7g 炭水化:88.2g 食塩相:2.9g	I補給 -520kcal 卵白ク:18.8g 脂質 :11.8g 炭水化:81.3g 食塩相:2.0g	I補給 -577kcal 卵白ク:16.6g 脂質 :12.6g 炭水化:97.2g 食塩相:2.1g
夕食	御飯 (160gタ) みかん缶 鱈の西京焼き 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の磯和え	御飯 (160gタ) 冷奴 豚肉の韓国風生姜焼 大根のかにかまあんかけ 白菜の中華サラダ	御飯 (160gタ) 大根のコンソメ煮 鶏肉のレモンペッパー焼き ジャーマンポテト カリフラワーサラダ	御飯 (160gタ) 胡瓜と蒸し鶏のマヨ和え 茹で豚のごましゃぶ 車麩の卵とじ ピーマンとしらすの塩昆布和え	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 白菜の梅肉和え	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 -499kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :11.4g 炭水化:72.0g 食塩相:1.5g	I補給 -602kcal 卵白ク:24.3g 脂質 :21.7g 炭水化:72.3g 食塩相:2.0g	I補給 -637kcal 卵白ク:24.6g 脂質 :25.8g 炭水化:71.6g 食塩相:2.7g	I補給 -624kcal 卵白ク:27.7g 脂質 :23.4g 炭水化:69.3g 食塩相:1.9g	I補給 -428kcal 卵白ク:22.8g 脂質 :5.1g 炭水化:70.2g 食塩相:1.9g	I補給 -577kcal 卵白ク:24.6g 脂質 :18.3g 炭水化:74.3g 食塩相:2.1g	I補給 -517kcal 卵白ク:24.7g 脂質 :12.4g 炭水化:75.1g 食塩相:2.5g
おやつ	プチシュー	季節の和菓子	パインムース	ロールケーキ (チョコ)	おせんべい	ブッセ (クリーム)	和のパンケーキ(きなこ&黒糖)
	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 -80kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :0.0g 炭水化:18.8g 食塩相:0.0g	I補給 -39kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :0.2g 炭水化:9.5g 食塩相:0.2g	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 -35kcal 卵白ク:0.2g 脂質 :2.0g 炭水化:4.1g 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 -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 -1646kcal 卵白ク:63.9g 脂質 :42.2g 炭水化:239.3g 食塩相:5.7g	I補給 -1688kcal 卵白ク:60.4g 脂質 :41.9g 炭水化:257.9g 食塩相:5.7g	I補給 -1659kcal 卵白ク:62.6g 脂質 :41.8g 炭水化:251.8g 食塩相:6.9g	I補給 -1734kcal 卵白ク:58.8g 脂質 :53.7g 炭水化:239.7g 食塩相:5.7g	I補給 -1513kcal 卵白ク:55.7g 脂質 :30.8g 炭水化:250.1g 食塩相:6.9g	I補給 -1541kcal 卵白ク:59.3g 脂質 :35.1g 炭水化:237.3g 食塩相:4.9g	I補給 -1657kcal 卵白ク:57.6g 脂質 :40.6g 炭水化:260.4g 食塩相:5.7g

週間献立表



ハートフル瀬谷

透析③

2025年5月11日(日)~2025年5月17日(土)

	5月11日(日)	5月12日(月)	5月13日(火)	5月14日(水)	5月15日(木)	5月16日(金)	5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 かぶとはんぺんの煮物 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 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 かぶとがんもの煮物 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 -483kcal 卵白ク:14.7g 脂質 :8.0g 炭水化:83.6g 食塩相:1.4g	I補給 -360kcal 卵白ク:8.1g 脂質 :1.5g 炭水化:76.1g 食塩相:1.5g	I補給 -472kcal 卵白ク:15.1g 脂質 :8.2g 炭水化:83.3g 食塩相:1.8g	I補給 -432kcal 卵白ク:12.4g 脂質 :8.4g 炭水化:74.0g 食塩相:1.3g	I補給 -458kcal 卵白ク:11.3g 脂質 :10.6g 炭水化:77.6g 食塩相:1.2g	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 -519kcal 卵白ク:15.7g 脂質 :14.7g 炭水化:77.3g 食塩相:1.1g
昼食	御飯(160g) フルーツヨーグルト 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 サーモンフライ 冬瓜のかにかまあんかけ オクラの青じそドレ和え	肉うどん 温泉卵 筍の中華炒め煮 白菜の海苔和え	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 ブロッコリーサラダ	御飯(160g) フルーツヨーグルト 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-おろしホリ酢のせ 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 -525kcal 卵白ク:19.9g 脂質 :13.3g 炭水化:79.9g 食塩相:1.8g	I補給 -586kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :15.6g 炭水化:87.6g 食塩相:2.3g	I補給 -506kcal 卵白ク:24.9g 脂質 :15.8g 炭水化:62.6g 食塩相:4.0g	I補給 -543kcal 卵白ク:21.7g 脂質 :14.0g 炭水化:80.5g 食塩相:1.6g	I補給 -569kcal 卵白ク:21.8g 脂質 :17.0g 炭水化:79.6g 食塩相:1.4g	I補給 -498kcal 卵白ク:22.7g 脂質 :9.6g 炭水化:77.0g 食塩相:1.7g	I補給 -420kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :5.6g 炭水化:69.8g 食塩相:2.1g
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) きのこソテー 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) 豆腐田楽 かに玉甘酢あん さつまいも金平 春雨サラダ
	I補給 -575kcal 卵白ク:22.4g 脂質 :19.7g 炭水化:72.0g 食塩相:1.9g	I補給 -650kcal 卵白ク:28.3g 脂質 :20.4g 炭水化:83.7g 食塩相:1.2g	I補給 -612kcal 卵白ク:19.1g 脂質 :24.4g 炭水化:75.8g 食塩相:2.1g	I補給 -494kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :7.0g 炭水化:82.3g 食塩相:2.1g	I補給 -571kcal 卵白ク:24.7g 脂質 :18.9g 炭水化:71.4g 食塩相:1.9g	I補給 -434kcal 卵白ク:20.4g 脂質 :7.2g 炭水化:69.9g 食塩相:1.9g	I補給 -577kcal 卵白ク:20.0g 脂質 :12.7g 炭水化:91.2g 食塩相:2.2g
おやつ	厚切りバウム あんドーナツ	あんドーナツ	栗まんじゅう	たい焼き	おせんべい(ぼたぼた焼)	今川焼(カスタード)	手作りおやつ 黒糖蒸しパン
	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 -68kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :0.5g 炭水化:14.3g 食塩相:0.2g	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 -91kcal 卵白ク:1.6g 脂質 :3.2g 炭水化:14.0g 食塩相:0.2g	I補給 -136kcal 卵白ク:1.7g 脂質 :0.8g 炭水化:31.0g 食塩相:0.4g
日計	I補給 -1670kcal 卵白ク:58.2g 脂質 :44.7g 炭水化:247.8g 食塩相:5.3g	I補給 -1666kcal 卵白ク:58.3g 脂質 :40.3g 炭水化:257.6g 食塩相:5.2g	I補給 -1683kcal 卵白ク:60.9g 脂質 :48.8g 炭水化:242.2g 食塩相:7.9g	I補給 -1537kcal 卵白ク:56.4g 脂質 :29.9g 炭水化:251.1g 食塩相:5.2g	I補給 -1649kcal 卵白ク:58.3g 脂質 :47.9g 炭水化:237.6g 食塩相:4.8g	I補給 -1486kcal 卵白ク:58.2g 脂質 :33.7g 炭水化:233.0g 食塩相:5.6g	I補給 -1652kcal 卵白ク:58.2g 脂質 :33.8g 炭水化:269.3g 食塩相:5.9g

週間献立表

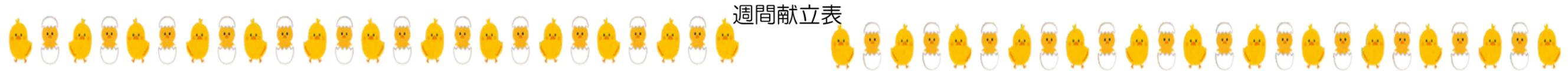


ハートフル瀬谷

透析④

2025年5月18日(日)~2025年5月24日(土)

	5月18日(日)	5月19日(月)	5月20日(火)	5月21日(水)	5月22日(木)	5月23日(金)	5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 カクテル缶 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 いんげんのごまドレ和え 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) 大根のさっぱり和え ふりかけ ヤクルト
	1食 449kcal 卵白 15.6g 脂質 7.7g 炭水化 79.6g 食塩相 2.2g	1食 408kcal 卵白 10.7g 脂質 1.8g 炭水化 84.8g 食塩相 1.4g	1食 451kcal 卵白 13.9g 脂質 7.5g 炭水化 79.5g 食塩相 1.5g	1食 380kcal 卵白 10.2g 脂質 2.3g 炭水化 77.2g 食塩相 1.6g	1食 465kcal 卵白 14.6g 脂質 9.0g 炭水化 81.1g 食塩相 2.1g	1食 365kcal 卵白 8.9g 脂質 2.7g 炭水化 74.5g 食塩相 1.1g	1食 440kcal 卵白 12.3g 脂質 5.7g 炭水化 82.1g 食塩相 1.7g
昼食	御飯(160g) 水餃子 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	【世界の料理:ハワイ】 ロコモコ ポルチギービーンズスープ コブサラダ ハワイアンゼリー	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 メン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
	1食 653kcal 卵白 22.7g 脂質 25.6g 炭水化 77.6g 食塩相 1.8g	1食 511kcal 卵白 23.3g 脂質 13.0g 炭水化 71.7g 食塩相 2.5g	1食 630kcal 卵白 20.1g 脂質 18.7g 炭水化 93.1g 食塩相 2.6g	1食 638kcal 卵白 22.5g 脂質 21.2g 炭水化 86.3g 食塩相 2.4g	1食 638kcal 卵白 16.7g 脂質 20.5g 炭水化 94.0g 食塩相 2.4g	1食 549kcal 卵白 22.6g 脂質 17.7g 炭水化 70.9g 食塩相 2.2g	1食 595kcal 卵白 20.5g 脂質 18.6g 炭水化 81.8g 食塩相 1.6g
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 白身魚のバジル焼き ほうれん草のバターソテー みかん缶	御飯(160g夕) お麩の卵とし 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 ふきのおかか炒り煮 ブロッコリーサラダ	御飯(160g夕) キャベツと錦糸卵の和え物 豆腐ステーキ いんげんのそぼろ炒め 青菜のゆず風味和え
	1食 485kcal 卵白 19.0g 脂質 4.9g 炭水化 88.4g 食塩相 1.6g	1食 604kcal 卵白 22.9g 脂質 19.3g 炭水化 79.8g 食塩相 1.6g	1食 471kcal 卵白 21.8g 脂質 10.5g 炭水化 69.3g 食塩相 1.9g	1食 511kcal 卵白 22.3g 脂質 13.6g 炭水化 70.3g 食塩相 1.6g	1食 597kcal 卵白 24.7g 脂質 20.6g 炭水化 74.4g 食塩相 1.6g	1食 596kcal 卵白 25.7g 脂質 17.6g 炭水化 79.8g 食塩相 2.0g	1食 534kcal 卵白 22.8g 脂質 14.8g 炭水化 74.4g 食塩相 2.0g
おやつ	ワッフル	ロールケーキ(バニラ)	抹茶のパンケーキ	どら焼き	ぶどうムース	もみじまんじゅう(あん)	ドームケーキ
	1食 121kcal 卵白 2.3g 脂質 5.9g 炭水化 14.6g 食塩相 0.2g	1食 95kcal 卵白 1.3g 脂質 3.9g 炭水化 13.9g 食塩相 0.1g	1食 56kcal 卵白 1.0g 脂質 2.1g 炭水化 8.2g 食塩相 0.1g	1食 142kcal 卵白 3.3g 脂質 1.3g 炭水化 29.4g 食塩相 0.2g	1食 69kcal 卵白 1.3g 脂質 1.3g 炭水化 13.6g 食塩相 0.2g	1食 107kcal 卵白 2.0g 脂質 2.1g 炭水化 19.9g 食塩相 0.1g	1食 106kcal 卵白 2.4g 脂質 1.5g 炭水化 21.1g 食塩相 0.0g
日計	1食 1708kcal 卵白 59.6g 脂質 44.1g 炭水化 260.2g 食塩相 5.7g	1食 1618kcal 卵白 58.2g 脂質 38.0g 炭水化 250.2g 食塩相 5.7g	1食 1608kcal 卵白 56.8g 脂質 38.8g 炭水化 250.1g 食塩相 6.0g	1食 1671kcal 卵白 58.3g 脂質 38.4g 炭水化 263.2g 食塩相 5.7g	1食 1769kcal 卵白 57.3g 脂質 51.4g 炭水化 263.1g 食塩相 6.3g	1食 1617kcal 卵白 59.2g 脂質 40.1g 炭水化 245.1g 食塩相 5.5g	1食 1675kcal 卵白 58.0g 脂質 40.6g 炭水化 259.4g 食塩相 5.3g



ハートフル瀬谷

透析⑤

2025年5月25日(日)～2025年5月31日(土)

	5月25日(日)	5月26日(月)	5月27日(火)	5月28日(水)	5月29日(木)	5月30日(金)	5月31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 シエルマカロニサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 五目たまごやき ほうれん草の信田和え たいみそ ヤクルト	パン又は御飯 鶏肉のクリーム煮 キャベツとコーンのサラダ フルーツ(カクテル缶) 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 のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 鰯の幽庵焼 春菊の土佐和え ふりかけ ヤクルト
	I補給 -416kcal 卵白ク:11.9g 脂質 :5.6g 炭水化:77.1g 食塩相:1.6g	I補給 -378kcal 卵白ク:11.5g 脂質 :4.1g 炭水化:72.3g 食塩相:1.0g	I補給 -491kcal 卵白ク:14.2g 脂質 :13.7g 炭水化:78.0g 食塩相:1.8g	I補給 -478kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :12.3g 炭水化:77.7g 食塩相:1.3g	I補給 -493kcal 卵白ク:15.7g 脂質 :7.2g 炭水化:91.2g 食塩相:2.5g	I補給 -418kcal 卵白ク:10.9g 脂質 :6.0g 炭水化:77.3g 食塩相:1.3g	I補給 -409kcal 卵白ク:16.8g 脂質 :4.7g 炭水化:71.6g 食塩相:1.4g
昼食	御飯(160g) 空豆と大豆のサラダ 鯖の中華蒸し にらの卵とじ レタスの酢味噌和え	御飯(160g) 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(160g) 菜の花のポン酢和え 白身魚の粒マスタード焼き れんこんのピリ辛煮 キウイフルーツ	【お誕生日セレクト】 A プルコギ丼 B 海老とろたまご丼 温泉卵 春雨サラダ バニラババロア	御飯(160g) チンゲン菜の中華炒め 和風おろしハンバーグ 根菜のおかか煮 たたき胡瓜	醤油ラーメン 大根のそぼろ炒め 花野菜サラダ	御飯(160g) いんげんのソテー 豆腐の野菜あんかけ さつま芋の甘煮 浅漬け
	I補給 -590kcal 卵白ク:23.1g 脂質 :22.6g 炭水化:68.3g 食塩相:2.1g	I補給 -526kcal 卵白ク:22.7g 脂質 :13.6g 炭水化:74.4g 食塩相:2.4g	I補給 -496kcal 卵白ク:19.8g 脂質 :10.9g 炭水化:77.5g 食塩相:1.2g	I補給 -654kcal 卵白ク:20.2g 脂質 :23.1g 炭水化:86.8g 食塩相:1.7g	I補給 -462kcal 卵白ク:16.2g 脂質 :7.7g 炭水化:80.4g 食塩相:2.3g	I補給 -466kcal 卵白ク:21.2g 脂質 :10.9g 炭水化:67.6g 食塩相:3.6g	I補給 -546kcal 卵白ク:19.3g 脂質 :10.6g 炭水化:89.3g 食塩相:1.4g
夕食	御飯(160g夕) 卵豆腐 牛肉のしぐれ煮 さつま芋の甘煮 枝豆サラダ	御飯(160g夕) 漬物 干草焼 五目ひじき煮 もやしのごま酢和え	御飯(160g夕) 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夕) 洋ナシ缶 蒸し鶏のごまだれ 長芋のおかか煮 トマトとワカメのサラダ	御飯(160g夕) うぐいす煮豆 魚の梅味噌焼 高野豆腐の含め煮 ほうれん草のくるみ和え	御飯(160g夕) きのこソテー 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夕) なすのトマト煮 ロールキャベツ 野菜と卵のソテー スパゲティサラダ
	I補給 -575kcal 卵白ク:19.4g 脂質 :15.0g 炭水化:87.0g 食塩相:1.6g	I補給 -497kcal 卵白ク:21.2g 脂質 :12.3g 炭水化:71.5g 食塩相:2.1g	I補給 -580kcal 卵白ク:23.3g 脂質 :21.4g 炭水化:69.2g 食塩相:1.6g	I補給 -560kcal 卵白ク:19.9g 脂質 :13.5g 炭水化:85.2g 食塩相:1.9g	I補給 -523kcal 卵白ク:24.2g 脂質 :8.0g 炭水化:85.7g 食塩相:2.1g	I補給 -601kcal 卵白ク:26.4g 脂質 :18.9g 炭水化:77.6g 食塩相:2.6g	I補給 -537kcal 卵白ク:18.2g 脂質 :15.3g 炭水化:78.3g 食塩相:2.9g
おやつ	水ようかん	チョコブッセ	きなこ饅頭	お誕生日ケーキ	いちごクレープ	カステラ	人形焼
	I補給 -68kcal 卵白ク:1.0g 脂質 :0.0g 炭水化:16.0g 食塩相:0.1g	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 -66kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :0.3g 炭水化:14.2g 食塩相:0.0g	I補給 -71kcal 卵白ク:0.9g 脂質 :3.8g 炭水化:8.2g 食塩相:0.0g	I補給 -84kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :5.2g 炭水化:8.4g 食塩相:0.1g	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 -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 -1763kcal 卵白ク:61.9g 脂質 :49.9g 炭水化:255.1g 食塩相:5.2g	I補給 -1515kcal 卵白ク:58.1g 脂質 :33.2g 炭水化:236.8g 食塩相:5.6g	I補給 -1628kcal 卵白ク:60.1g 脂質 :46.1g 炭水化:237.8g 食塩相:4.4g	I補給 -1842kcal 卵白ク:59.4g 脂質 :59.0g 炭水化:256.1g 食塩相:5.1g	I補給 -1580kcal 卵白ク:59.6g 脂質 :29.9g 炭水化:263.0g 食塩相:7.0g	I補給 -1568kcal 卵白ク:60.2g 脂質 :36.8g 炭水化:239.2g 食塩相:7.6g	I補給 -1584kcal 卵白ク:57.1g 脂質 :32.9g 炭水化:254.8g 食塩相:5.6g