



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析①

2025年6月1日(日)~2025年6月7日(土)

	6月1日(日)	6月2日(月)	6月3日(火)	6月4日(水)	6月5日(木)	6月6日(金)	6月7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 ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 炒り豆腐 キャベツの梅肉和え 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 鱈のタルタルソース焼き 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 糖質:12.6g 脂質:4.4g 炭水化:80.4g 食塩相:1.1g	I補給 -423kcal 糖質:11.0g 脂質:4.7g 炭水化:81.7g 食塩相:1.2g	I補給 -453kcal 糖質:15.2g 脂質:9.5g 炭水化:73.6g 食塩相:1.3g	I補給 -542kcal 糖質:16.7g 脂質:13.6g 炭水化:89.2g 食塩相:1.9g	I補給 -386kcal 糖質:10.3g 脂質:3.3g 炭水化:77.6g 食塩相:1.1g	I補給 -439kcal 糖質:14.9g 脂質:7.8g 炭水化:74.9g 食塩相:1.6g	I補給 -515kcal 糖質:14.8g 脂質:14.0g 炭水化:81.4g 食塩相:2.2g
昼食	御飯(160g) 竹輪の磯辺揚げ 豚肉の韓国風炒め 小松菜の和風ソテー ポテトサラダ	ハヤシライス カラフルサラダ ヨーグルトフルーツ	御飯(160g) 白菜のうま煮 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 おくらの青じそ和え	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	御飯(160g) しろ菜の香り炒め 肉味噌豆腐 大根の炒め煮 胡瓜と錦糸卵の和え物	夏野菜の梅おろしうどん 冬瓜のえびあんかけ ストロベリームース
	I補給 -652kcal 糖質:22.8g 脂質:25.8g 炭水化:77.1g 食塩相:2.0g	I補給 -553kcal 糖質:18.8g 脂質:16.1g 炭水化:80.4g 食塩相:2.0g	I補給 -607kcal 糖質:20.7g 脂質:22.6g 炭水化:76.5g 食塩相:1.8g	I補給 -451kcal 糖質:24.9g 脂質:6.2g 炭水化:71.8g 食塩相:1.7g	I補給 -523kcal 糖質:23.5g 脂質:15.9g 炭水化:67.9g 食塩相:1.7g	I補給 -531kcal 糖質:22.9g 脂質:15.5g 炭水化:71.3g 食塩相:2.4g	I補給 -508kcal 糖質:19.9g 脂質:11.9g 炭水化:77.3g 食塩相:4.2g
夕食	御飯(160gタ) しろ菜のお浸し カレイのバター醤油焼き 金平ごぼう もやしの和え物	御飯(160gタ) お麩の卵とじ 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 わかめサラダ 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 鶏肉の旨煮 里芋の煮物 キャベツの塩昆布和え	御飯(160gタ) なると煮 鱈の葱香味ソースがけ 車麩の卵とじ 青梗菜のさっぱり和え	御飯(160gタ) おくらのお浸し タンドリーチキン いんげんのバターソテー カリフラワーのサラダ	御飯(160gタ) 白菜と鶏肉のマヨネーズ和え 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 -462kcal 糖質:21.8g 脂質:8.5g 炭水化:72.3g 食塩相:2.2g	I補給 -580kcal 糖質:26.6g 脂質:18.7g 炭水化:71.1g 食塩相:1.9g	I補給 -418kcal 糖質:20.1g 脂質:5.5g 炭水化:69.8g 食塩相:2.5g	I補給 -431kcal 糖質:19.6g 脂質:4.3g 炭水化:75.5g 食塩相:1.7g	I補給 -528kcal 糖質:25.4g 脂質:12.7g 炭水化:72.4g 食塩相:2.3g	I補給 -510kcal 糖質:20.3g 脂質:15.5g 炭水化:69.7g 食塩相:1.4g	I補給 -523kcal 糖質:23.2g 脂質:7.7g 炭水化:87.5g 食塩相:1.5g
おやつ	プチシュー(チョコ)	レモンケーキ	あんドーナツ	オレンジゼリー	紅茶ケーキ	チーズ蒸しケーキ	和のパンケーキ(きなこ)
	I補給 -52kcal 糖質:0.9g 脂質:3.2g 炭水化:4.9g 食塩相:0.0g	I補給 -58kcal 糖質:1.2g 脂質:2.5g 炭水化:7.6g 食塩相:0.1g	I補給 -70kcal 糖質:1.1g 脂質:2.8g 炭水化:10.2g 食塩相:0.1g	I補給 -58kcal 糖質:0.1g 脂質:0.8g 炭水化:12.5g 食塩相:0.0g	I補給 -62kcal 糖質:1.5g 脂質:1.5g 炭水化:10.6g 食塩相:0.0g	I補給 -127kcal 糖質:2.4g 脂質:4.6g 炭水化:19.0g 食塩相:0.0g	I補給 -55kcal 糖質:1.0g 脂質:1.9g 炭水化:8.7g 食塩相:0.1g
日計	I補給 -1590kcal 糖質:58.1g 脂質:41.9g 炭水化:234.7g 食塩相:5.3g	I補給 -1614kcal 糖質:57.6g 脂質:42.0g 炭水化:240.8g 食塩相:5.2g	I補給 -1548kcal 糖質:57.1g 脂質:40.4g 炭水化:230.1g 食塩相:5.7g	I補給 -1482kcal 糖質:61.3g 脂質:24.9g 炭水化:249.0g 食塩相:5.3g	I補給 -1499kcal 糖質:60.7g 脂質:33.4g 炭水化:228.5g 食塩相:5.2g	I補給 -1607kcal 糖質:60.5g 脂質:43.4g 炭水化:234.9g 食塩相:5.4g	I補給 -1601kcal 糖質:58.9g 脂質:35.5g 炭水化:254.9g 食塩相:8.0g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析②

2025年6月8日(日)~2025年6月14日(土)

	6月8日(日)	6月9日(月)	6月10日(火)	6月11日(水)	6月12日(木)	6月13日(金)	6月14日(土)
朝食	御飯又はパン がんもの煮物 いんげんの中華和え 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 魚肉ソーゼルのクリーム煮 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 ブロッコリーのなめ茸和え 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(パイン缶) ヤクルト
	I補給 -412kcal 卵白ク:10.3g 脂質 :5.4g 炭水化:78.1g 食塩相:1.8g	I補給 -481kcal 卵白ク:12.7g 脂質 :11.7g 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 -454kcal 卵白ク:15.3g 脂質 :7.0g 炭水化:83.2g 食塩相:2.2g	I補給 -435kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :7.8g 炭水化:76.5g 食塩相:1.1g	I補給 -447kcal 卵白ク:18.3g 脂質 :7.3g 炭水化:73.7g 食塩相:1.2g	I補給 -492kcal 卵白ク:16.0g 脂質 :9.0g 炭水化:86.8g 食塩相:2.2g
昼食	御飯(160g) もやしのソテー 鯖の大葉味噌焼き 根菜の煮物 キャベツの和風和え	御飯(160g) フルーツ(洋なし缶) 豚肉ときのこの炒め物 里芋とこんにゃくの炒めもの なすの揚げ浸し	御飯(160g) 焼売 カレーの中華あんかけ 小松菜の香味炒め 白菜の中華和え	御飯(160g) 薄切りポテトサラダ ピーマン肉詰めフライ・白身フライ ひじきの煮物 ほうれん草のお浸し	御飯(160g) 小松菜ソテー ハンバーグ ミモザサラダ みかんヨーグルト	御飯(160g) カクテル缶 サーモンフライ 南瓜のレーズン煮 カリフラワーマリネ	わかめ御飯 金時煮豆 鱈の利休焼き 長芋の煮物 ツナサラダ
	I補給 -607kcal 卵白ク:19.0g 脂質 :23.4g 炭水化:75.4g 食塩相:2.0g	I補給 -606kcal 卵白ク:21.0g 脂質 :22.4g 炭水化:76.2g 食塩相:1.5g	I補給 -463kcal 卵白ク:23.3g 脂質 :8.0g 炭水化:71.2g 食塩相:2.4g	I補給 -562kcal 卵白ク:16.9g 脂質 :16.1g 炭水化:87.2g 食塩相:2.4g	I補給 -621kcal 卵白ク:21.2g 脂質 :21.4g 炭水化:82.8g 食塩相:2.5g	I補給 -583kcal 卵白ク:16.5g 脂質 :13.8g 炭水化:95.9g 食塩相:1.0g	I補給 -515kcal 卵白ク:22.5g 脂質 :8.8g 炭水化:83.4g 食塩相:1.6g
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 鱈の照り焼き 切干大根の煮物 おくらの和え物	御飯(160gタ) かぶのクリーム煮 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) 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) 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 冬瓜の煮物 チンゲン菜のしそ風味和え	御飯(160gタ) マカロニサラダ 八宝菜 かに焼売 もやしとザーサイの和え物
	I補給 -637kcal 卵白ク:26.0g 脂質 :19.8g 炭水化:83.2g 食塩相:1.6g	I補給 -398kcal 卵白ク:19.4g 脂質 :3.2g 炭水化:69.7g 食塩相:1.9g	I補給 -593kcal 卵白ク:20.5g 脂質 :19.8g 炭水化:78.2g 食塩相:1.5g	I補給 -551kcal 卵白ク:25.0g 脂質 :17.5g 炭水化:70.9g 食塩相:2.4g	I補給 -482kcal 卵白ク:23.2g 脂質 :6.4g 炭水化:80.4g 食塩相:1.8g	I補給 -571kcal 卵白ク:20.6g 脂質 :16.8g 炭水化:79.8g 食塩相:1.6g	I補給 -571kcal 卵白ク:18.0g 脂質 :17.9g 炭水化:81.5g 食塩相:2.5g
おやつ	エクレア	もみじまんじゅう(あん)	【手作りおやつ】 あじさいゼリー	チョコブッセ	せんべい(サラダせん)	厚切バウム	コーヒーゼリー
	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 -107kcal 卵白ク:2.0g 脂質 :2.1g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g	I補給 -78kcal 卵白ク:1.7g 脂質 :1.7g 炭水化:13.7g 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 -75kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :2.7g 炭水化:11.9g 食塩相:0.3g	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 -50kcal 卵白ク:0.2g 脂質 :0.6g 炭水化:11.0g 食塩相:0.0g
日計	I補給 -1745kcal 卵白ク:56.8g 脂質 :55.2g 炭水化:242.9g 食塩相:5.4g	I補給 -1592kcal 卵白ク:55.1g 脂質 :39.4g 炭水化:243.0g 食塩相:4.9g	I補給 -1540kcal 卵白ク:58.3g 脂質 :35.4g 炭水化:237.2g 食塩相:4.9g	I補給 -1656kcal 卵白ク:58.4g 脂質 :43.8g 炭水化:255.2g 食塩相:7.1g	I補給 -1613kcal 卵白ク:57.5g 脂質 :38.3g 炭水化:251.6g 食塩相:5.7g	I補給 -1688kcal 卵白ク:56.6g 脂質 :41.6g 炭水化:261.7g 食塩相:4.0g	I補給 -1628kcal 卵白ク:56.7g 脂質 :36.3g 炭水化:262.7g 食塩相:6.2g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析③

2025年6月15日(日)～2025年6月21日(土)

	6月15日(日)	6月16日(月)	6月17日(火)	6月18日(水)	6月19日(木)	6月20日(金)	6月21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 甘辛肉団子 ほうれん草サラダ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 スクランブルエッグ サウザンサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン さばの塩焼き いんげんのピーナッツ和え のり佃煮 ヤクルト	御飯又はパン 厚焼卵 しらす和え たいみそ ヤクルト	パン又は御飯 ミネストローネ かに風サラダ カクテル缶 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 -412kcal 卵白ク:13.7g 脂質 :6.4g 炭水化:72.3g 食塩相:1.0g	I補給 -428kcal 卵白ク:12.3g 脂質 :6.7g 炭水化:77.7g 食塩相:1.2g	I補給 -556kcal 卵白ク:15.4g 脂質 :17.2g 炭水化:84.5g 食塩相:1.8g	I補給 -484kcal 卵白ク:13.8g 脂質 :13.5g 炭水化:72.9g 食塩相:1.5g	I補給 -444kcal 卵白ク:11.0g 脂質 :6.8g 炭水化:82.0g 食塩相:1.5g	I補給 -461kcal 卵白ク:15.7g 脂質 :12.2g 炭水化:73.4g 食塩相:2.0g	I補給 -400kcal 卵白ク:11.7g 脂質 :2.9g 炭水化:79.9g 食塩相:1.5g
昼食	御飯(160g) たまごサラダ 豚肉のしぐれ煮 ほうれん草の和風炒め 胡瓜とハムの和え物	御飯(160g) コーンソテー カレイのカレームニエル ジャーマンポテト ごぼうサラダ	チキンカレー 野菜サラダ 漬物 パイナップル	御飯(160g) 薄切りポテトのサラダ つくねの野菜あんかけ れんこんの山椒煮 なすのごま味噌和え	御飯(160g) 春菊の信田和え 蒸し鶏と彩野菜の胡麻だれ かぶのおかか煮 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 もやしの華風和え	【あじさい御膳】 鮭菜めし御飯 清し汁 2種のアジフライ タルタルソース 茶碗蒸し/梅ゼリー
	I補給 -646kcal 卵白ク:23.2g 脂質 :27.1g 炭水化:73.0g 食塩相:2.7g	I補給 -507kcal 卵白ク:20.6g 脂質 :10.0g 炭水化:80.8g 食塩相:2.1g	I補給 -566kcal 卵白ク:18.8g 脂質 :16.6g 炭水化:81.8g 食塩相:2.4g	I補給 -525kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :10.3g 炭水化:85.9g 食塩相:1.1g	I補給 -492kcal 卵白ク:21.2g 脂質 :13.2g 炭水化:68.3g 食塩相:1.6g	I補給 -493kcal 卵白ク:20.9g 脂質 :11.2g 炭水化:74.2g 食塩相:1.8g	I補給 -646kcal 卵白ク:25.1g 脂質 :21.0g 炭水化:85.8g 食塩相:2.8g
夕食	御飯(160gタ) はんぺん煮 赤魚の甘酢あんかけ ふろふき大根 白菜浅漬	御飯(160gタ) 小松菜とツナの和え物 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) 焼売 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) 蒸し鶏の梅ダレかけ 擬製豆腐 さつま芋の甘煮 オクラのポン酢和え	御飯(160gタ) 冷奴 鱈の山椒焼き 里芋の味噌煮 白和え	御飯(160gタ) 漬物 豚肉の甘辛炒め 厚揚げの野菜あんかけ わかめサラダ	御飯(160gタ) うずら煮豆 鱈のマッシュポテト焼き 野菜と竹輪のソテー 人参サラダ
	I補給 -458kcal 卵白ク:18.6g 脂質 :5.3g 炭水化:79.5g 食塩相:2.3g	I補給 -594kcal 卵白ク:26.3g 脂質 :19.8g 炭水化:73.4g 食塩相:1.6g	I補給 -464kcal 卵白ク:20.4g 脂質 :8.6g 炭水化:74.8g 食塩相:2.9g	I補給 -556kcal 卵白ク:24.6g 脂質 :10.1g 炭水化:87.7g 食塩相:2.4g	I補給 -509kcal 卵白ク:24.0g 脂質 :12.5g 炭水化:72.8g 食塩相:1.7g	I補給 -615kcal 卵白ク:24.0g 脂質 :19.7g 炭水化:79.6g 食塩相:1.8g	I補給 -549kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :10.6g 炭水化:89.2g 食塩相:1.7g
おやつ	ロールケーキ(バニラ)	いちごクレープ	黒糖まんじゅう	たいやき	せんべい(雪の宿)	抹茶パンケーキ	季節の和菓子
	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 -84kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :5.2g 炭水化:8.4g 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	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 -59kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :1.9g 炭水化:9.6g 食塩相:0.2g	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 -72kcal 卵白ク:1.4g 脂質 :0.1g 炭水化:16.5g 食塩相:0.0g
日計	I補給 -1611kcal 卵白ク:56.8g 脂質 :42.7g 炭水化:238.7g 食塩相:6.0g	I補給 -1613kcal 卵白ク:60.0g 脂質 :41.7g 炭水化:240.3g 食塩相:5.0g	I補給 -1652kcal 卵白ク:55.9g 脂質 :42.5g 炭水化:256.0g 食塩相:7.1g	I補給 -1633kcal 卵白ク:60.7g 脂質 :34.4g 炭水化:260.8g 食塩相:5.2g	I補給 -1504kcal 卵白ク:57.0g 脂質 :34.4g 炭水化:232.7g 食塩相:5.1g	I補給 -1625kcal 卵白ク:61.6g 脂質 :45.2g 炭水化:235.4g 食塩相:5.6g	I補給 -1667kcal 卵白ク:59.0g 脂質 :34.6g 炭水化:271.4g 食塩相:6.0g

週間献立表

ハートフル瀬谷

透析④

2025年6月22日(日)～2025年6月28日(土)

	6月22日(日)	6月23日(月)	6月24日(火)	6月25日(水)	6月26日(木)	6月27日(金)	6月28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	御飯又はパン 白菜とツナの塩炒め 三色サラダ ふりかけ 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	パン又は御飯 目玉焼き風オムレツ スナップエンドウのサラダ フルーツ(パイン缶) ヤクルト	御飯又はパン 高野豆腐の含め煮 小松菜のごま和え 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 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 -404kcal 卵白ク:10.4g 脂質 :7.3g 炭水化:72.4g 食塩相:0.7g	I補給 -454kcal 卵白ク:11.8g 脂質 :8.0g 炭水化:82.3g 食塩相:1.4g	I補給 -422kcal 卵白ク:13.6g 脂質 :6.7g 炭水化:77.0g 食塩相:1.8g	I補給 -406kcal 卵白ク:10.2g 脂質 :3.4g 炭水化:80.5g 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 -399kcal 卵白ク:9.3g 脂質 :7.1g 炭水化:72.9g 食塩相:1.8g
昼食	御飯(160g) 卵豆腐 鯖の生姜煮 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 長芋の和風サラダ	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) さつま芋の甘煮 鶏肉と野菜の黒酢あん 根菜と胡桃の甘辛炒め 胡瓜の塩昆布和え	【誕生日セレクト】 A冷し中華 B焦がしにんにく塩ラーメン ゴーヤチャンプルー風 キウイフルーツ	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 -594kcal 卵白ク:20.6g 脂質 :22.4g 炭水化:72.9g 食塩相:2.0g	I補給 -637kcal 卵白ク:24.1g 脂質 :23.3g 炭水化:80.5g 食塩相:2.3g	I補給 -576kcal 卵白ク:20.6g 脂質 :18.8g 炭水化:76.0g 食塩相:2.3g	I補給 -654kcal 卵白ク:22.4g 脂質 :18.3g 炭水化:94.3g 食塩相:2.2g	I補給 -433kcal 卵白ク:21.9g 脂質 :9.9g 炭水化:60.5g 食塩相:2.0g	I補給 -525kcal 卵白ク:20.1g 脂質 :15.4g 炭水化:73.1g 食塩相:2.2g	I補給 -578kcal 卵白ク:20.3g 脂質 :12.8g 炭水化:91.4g 食塩相:1.9g
夕食	御飯(160g夕) 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夕) 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 高菜和え	御飯(160g夕) 里芋のバター醤油炒め 白身魚の竜田揚げ 蓮根のおかか煮 オクラの和え物	御飯(160g夕) 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	御飯(160g夕) 卵豆腐 さわらの西京焼 切干大根の煮物 いんげんのくるみ和え	御飯(160g夕) 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夕) カリフラワー炒め 鯖の塩焼き 炒り豆腐 スプラウトサラダ
	I補給 -586kcal 卵白ク:23.1g 脂質 :17.7g 炭水化:79.7g 食塩相:1.7g	I補給 -496kcal 卵白ク:21.8g 脂質 :14.4g 炭水化:67.3g 食塩相:2.3g	I補給 -513kcal 卵白ク:24.3g 脂質 :9.8g 炭水化:78.1g 食塩相:1.8g	I補給 -472kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :6.2g 炭水化:80.4g 食塩相:1.7g	I補給 -507kcal 卵白ク:23.7g 脂質 :11.7g 炭水化:73.9g 食塩相:2.0g	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 -633kcal 卵白ク:29.1g 脂質 :25.8g 炭水化:66.2g 食塩相:1.7g
おやつ	ドーナツ	きなこ饅頭	ワッフル(ホイップ & カスタード)	どら焼き	お誕生日ケーキ	ブッセ(クリーム)	青りんごゼリー
	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 -66kcal 卵白ク:1.5g 脂質 :0.3g 炭水化:14.2g 食塩相:0.0g	I補給 -121kcal 卵白ク:2.3g 脂質 :5.9g 炭水化:14.6g 食塩相:0.2g	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 -70kcal 卵白ク:1.3g 脂質 :3.9g 炭水化:7.4g 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 -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 -1753kcal 卵白ク:58.6g 脂質 :55.7g 炭水化:243.3g 食塩相:5.3g	I補給 -1603kcal 卵白ク:57.8g 脂質 :45.3g 炭水化:234.4g 食塩相:5.4g	I補給 -1664kcal 卵白ク:59.0g 脂質 :42.5g 炭水化:251.0g 食塩相:5.7g	I補給 -1690kcal 卵白ク:60.1g 脂質 :32.5g 炭水化:281.1g 食塩相:5.9g	I補給 -1416kcal 卵白ク:57.1g 脂質 :28.9g 炭水化:222.3g 食塩相:5.3g	I補給 -1598kcal 卵白ク:59.9g 脂質 :37.7g 炭水化:244.0g 食塩相:5.7g	I補給 -1672kcal 卵白ク:58.8g 脂質 :46.5g 炭水化:244.1g 食塩相:5.4g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析⑤

2025年6月29日(日)~2025年6月30日(月)

	6月29日(日)	6月30日(月)				
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				
	I補給 -437kcal 卵白ク:13.6g 脂質 :7.8g 炭水化:75.8g 食塩相:1.7g	I補給 -440kcal 卵白ク:14.1g 脂質 :6.9g 炭水化:80.8g 食塩相:1.8g				
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 鶏肉のけずりかつお焼 れんこんピリ辛炒め チンゲン菜のナムル				
	I補給 -478kcal 卵白ク:15.8g 脂質 :11.9g 炭水化:75.5g 食塩相:2.2g	I補給 -587kcal 卵白ク:20.0g 脂質 :21.3g 炭水化:74.8g 食塩相:1.7g				
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				
	I補給 -607kcal 卵白ク:26.1g 脂質 :21.6g 炭水化:72.2g 食塩相:1.3g	I補給 -447kcal 卵白ク:19.6g 脂質 :6.6g 炭水化:73.5g 食塩相:2.4g				
おやつ	チョコクレープ	塩まんじゅう				
	I補給 -86kcal 卵白ク:0.8g 脂質 :5.2g 炭水化:9.1g 食塩相:0.1g	I補給 -66kcal 卵白ク:1.2g 脂質 :0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g				
日計	I補給 -:1608kcal 卵白ク:56.3g 脂質 :46.5g 炭水化:232.6g 食塩相:5.3g	I補給 -:1540kcal 卵白ク:54.9g 脂質 :34.9g 炭水化:244.3g 食塩相:6.1g				