



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析①

2025年9月28日(日)～2025年10月4日（土）

	9月28日(日)	9月29日(月)	9月30日(火)	10月1日(水)	10月2日(木)	10月3日(金)	10月4日(土)
朝食	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 小松菜と蒸し鶏のわさび和え 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	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
	I総計 -:449kcal タバコ:14.9g 脂質 :7.4g 炭水化:81.2g 食塩相:1.8g	I総計 -:436kcal タバコ:10.1g 脂質 :7.4g 炭水化:80.1g 食塩相:1.4g	I総計 -:434kcal タバコ:13.6g 脂質 :8.0g 炭水化:73.9g 食塩相:1.6g	I総計 -:461kcal タバコ:14.3g 脂質 :7.7g 炭水化:80.8g 食塩相:1.3g	I総計 -:495kcal タバコ:14.6g 脂質 :9.2g 炭水化:88.1g 食塩相:2.1g	I総計 -:418kcal タバコ:13.9g 脂質 :4.9g 炭水化:77.1g 食塩相:1.2g	I総計 -:432kcal タバコ:12.0g 脂質 :7.3g 炭水化:78.4g 食塩相:1.2g
昼食	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	☆誕生日セレクト☆ A天丼 Bソースかつ丼 味噌汁 菜の花と鶏肉のおかか和え マンゴープリン	御飯（160g） みかんヨーグルト 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 キャベツの和風炒め 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	御飯（160g） 茄子と海老の和え物 鯖の竜田揚げおろしぼん酢 白菜のうま煮 青梗菜の生姜和え	御飯（160g） パンプキンサラダ 赤魚の葱味噌焼 さつま芋のオレンジ煮 ほうれん草の胡麻和え
	I総計 -:590kcal タバコ:21.5g 脂質 :21.8g 炭水化:72.9g 食塩相:1.7g	I総計 -:562kcal タバコ:21.1g 脂質 :14.3g 炭水化:84.6g 食塩相:1.9g	I総計 -:581kcal タバコ:24.4g 脂質 :18.1g 炭水化:76.7g 食塩相:1.7g	I総計 -:523kcal タバコ:25.5g 脂質 :13.0g 炭水化:72.6g 食塩相:2.2g	I総計 -:535kcal タバコ:20.3g 脂質 :14.4g 炭水化:78.5g 食塩相:1.9g	I総計 -:621kcal タバコ:21.8g 脂質 :27.1g 炭水化:67.9g 食塩相:2.0g	I総計 -:570kcal タバコ:19.4g 脂質 :12.2g 炭水化:93.0g 食塩相:1.4g
夕食	御飯（160gタ） 大根サラダ 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） 卵とじ 豚肉のごま漬焼 ブロッコリー炒め キャベツの甘酢生姜和え	御飯（160gタ） ほうれん草とエビの炒め煮 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	御飯（160gタ） お麴の卵とじ 豆腐の中華あんかけ えびシューマイ 白菜の中華サラダ
	I総計 -:518kcal タバコ:21.5g 脂質 :13.3g 炭水化:74.3g 食塩相:2.4g	I総計 -:636kcal タバコ:28.0g 脂質 :26.5g 炭水化:66.9g 食塩相:1.8g	I総計 -:581kcal タバコ:20.2g 脂質 :10.8g 炭水化:98.2g 食塩相:1.7g	I総計 -:549kcal タバコ:19.6g 脂質 :16.2g 炭水化:78.9g 食塩相:2.6g	I総計 -:476kcal タバコ:23.4g 脂質 :10.8g 炭水化:68.4g 食塩相:1.9g	I総計 -:639kcal タバコ:23.2g 脂質 :17.5g 炭水化:92.0g 食塩相:1.8g	I総計 -:601kcal タバコ:26.8g 脂質 :19.1g 炭水化:75.0g 食塩相:2.7g
おやつ	塩まんじゅう	お誕生日ケーキ	プチシュー	ドーナツ	人形焼	バナナムース	もみじまんじゅう
	I総計 -:66kcal タバコ:1.2g 脂質 :0.1g 炭水化:15.2g 食塩相:0.2g	I総計 -:79kcal タバコ:1.2g 脂質 :5.3g 炭水化:6.8g 食塩相:0.1g	I総計 -:49kcal タバコ:0.8g 脂質 :3.1g 炭水化:4.3g 食塩相:0.0g	I総計 -:114kcal タバコ:1.7g 脂質 :5.5g 炭水化:14.8g 食塩相:0.2g	I総計 -:75kcal タバコ:1.5g 脂質 :1.3g 炭水化:14.3g 食塩相:0.0g	I総計 -:46kcal タバコ:1.1g 脂質 :1.1g 炭水化:8.4g 食塩相:0.2g	I総計 -:107kcal タバコ:2.0g 脂質 :2.1g 炭水化:19.9g 食塩相:0.1g
日計	I総計 -:1623kcal タバコ:59.1g 脂質 :42.6g 炭水化:243.6g 食塩相:6.1g	I総計 -:1713kcal タバコ:60.4g 脂質 :53.5g 炭水化:238.4g 食塩相:5.2g	I総計 -:1645kcal タバコ:59.0g 脂質 :40.0g 炭水化:253.1g 食塩相:5.1g	I総計 -:1647kcal タバコ:61.1g 脂質 :42.4g 炭水化:247.1g 食塩相:6.2g	I総計 -:1581kcal タバコ:59.8g 脂質 :35.7g 炭水化:249.3g 食塩相:6.0g	I総計 -:1724kcal タバコ:60.0g 脂質 :50.6g 炭水化:245.4g 食塩相:5.2g	I総計 -:1710kcal タバコ:60.2g 脂質 :40.7g 炭水化:266.3g 食塩相:5.3g



週間献立表

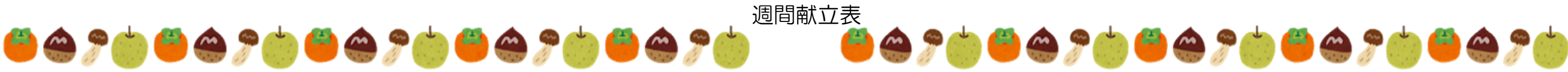


ハートフル瀬谷

透析②

2025年10月5日(日)～2025年10月11日（土）

	10月5日(日)	10月6日(月)	10月7日(火)	10月8日(水)	10月9日(木)	10月10日(金)	10月11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
	大根のそぼろ煮	がんもの煮物	クリーム煮	肉じゃが	ミートボール（ホリタリ）	さつま揚げと野菜の煮物	豆腐と野菜の炒め物
	青梗菜の香味醤油和え	ほうれん草の和え物	ごぼうサラダ	菜の花のサラダ	大根サラダ	キャベツの辛子マヨ和え	かに風味和え
	ふりかけ	のり佃煮	黄桃缶	たいみそ	みかん缶	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補計 -:413kcal タバク:10.8g 脂質 :5.8g 炭水化:75.6g 食塩相:1.5g	I補計 -:408kcal タバク:10.6g 脂質 :5.7g 炭水化:75.9g 食塩相:1.3g	I補計 -:492kcal タバク:14.4g 脂質 :6.4g 炭水化:94.4g 食塩相:2.0g	I補計 -:459kcal タバク:12.6g 脂質 :5.4g 炭水化:86.8g 食塩相:1.2g	I補計 -:485kcal タバク:16.4g 脂質 :8.2g 炭水化:86.1g 食塩相:2.5g	I補計 -:455kcal タバク:10.9g 脂質 :6.6g 炭水化:85.8g 食塩相:1.2g	I補計 -:418kcal タバク:12.4g 脂質 :7.2g 炭水化:73.3g 食塩相:1.2g
昼食	御飯（160g）	☆中秋の名月☆	御飯（160g）	御飯（160g）	シーフードカレー	御飯（160g）	御飯（160g）
	マカロニサラダ	さつま芋ときのこの御飯	卵豆腐	さつま芋サラダ	きのこサラダ	シューマイ	菜の花とツナのお浸し
	鶏の唐揚げ	キャベツの浅漬け	ホキのガーリックソース	和風おろしハンバーグ	福神漬	カレイのおろし煮	豚キムチ炒め
	金平ごぼう	つくねの照り焼き	南瓜のチーズ焼き	五目煮	杏仁豆腐	チンゲン菜の香り炒め	水餃子
	ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾙのサラダ	温泉卵	ブロッコリーサラダ	白菜のゆかり和え		もやしときくらげのナムル	フレンチサラダ
	I補計 -:753kcal タバク:24.6g 脂質 :33.6g 炭水化:84.0g 食塩相:2.0g	I補計 -:591kcal タバク:26.3g 脂質 :16.9g 炭水化:80.8g 食塩相:3.3g	I補計 -:525kcal タバク:23.8g 脂質 :14.1g 炭水化:73.3g 食塩相:1.8g	I補計 -:584kcal タバク:22.3g 脂質 :17.2g 炭水化:82.5g 食塩相:2.3g	I補計 -:426kcal タバク:20.4g 脂質 :11.2g 炭水化:60.7g 食塩相:3.1g	I補計 -:556kcal タバク:23.6g 脂質 :14.8g 炭水化:77.6g 食塩相:3.4g	I補計 -:576kcal タバク:25.1g 脂質 :19.8g 炭水化:71.9g 食塩相:2.4g
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）
	厚揚げとエビの煮物	卵の花	もやしの和風炒め	はんぺん煮	豆腐のえびくず煮	卵とじ	ストロベリームース
	鱈の煮付け	鰯の野菜あんかけ	豚肉のバーベキュー炒め	擬製豆腐	麻婆茄子	豚肉の生姜焼	鰯の焼き南蛮漬
	じゃが芋と豚肉の炒め物	南瓜の含め煮	冬瓜の煮物	ひじきの煮物	れんこんの山椒炒め	高野豆腐の含め煮	なすのオイスター炒め
	オクラの梅肉和え	胡瓜のわさび和え	冷奴	小松菜の甘酢生姜和え	いんげんの香り和え	しらすのサラダ	大根の柚子風味和え
	I補計 -:476kcal タバク:22.2g 脂質 :8.2g 炭水化:74.8g 食塩相:2.1g	I補計 -:556kcal タバク:24.6g 脂質 :9.7g 炭水化:88.2g 食塩相:2.8g	I補計 -:550kcal タバク:21.6g 脂質 :18.8g 炭水化:69.0g 食塩相:2.0g	I補計 -:526kcal タバク:24.2g 脂質 :11.5g 炭水化:79.1g 食塩相:2.3g	I補計 -:601kcal タバク:22.4g 脂質 :21.3g 炭水化:76.8g 食塩相:1.8g	I補計 -:583kcal タバク:26.8g 脂質 :18.6g 炭水化:71.4g 食塩相:2.3g	I補計 -:517kcal タバク:20.8g 脂質 :11.1g 炭水化:80.2g 食塩相:1.7g
おやつ	チーズ蒸しケーキ	和のパンケーキ(きなこ&黒糖)	チョコブッセ	ピーチムース	せんべい(サラダせん)	今川焼き	ロールケーキ（バニラ）
	I補計 -:127kcal タバク:2.4g 脂質 :4.6g 炭水化:19.0g 食塩相:0.0g	I補計 -:55kcal タバク:1.0g 脂質 :1.9g 炭水化:8.7g 食塩相:0.1g	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 -:54kcal タバク:1.2g 脂質 :1.1g 炭水化:10.2g 食塩相:0.2g	I補計 -:75kcal タバク:0.8g 脂質 :2.7g 炭水化:11.9g 食塩相:0.3g	I補計 -:91kcal タバク:1.6g 脂質 :3.2g 炭水化:14.0g 食塩相:0.2g	I補計 -:95kcal タバク:1.3g 脂質 :3.9g 炭水化:13.9g 食塩相:0.1g
日計	I補計 -:1769kcal タバク:60.0g 脂質 :52.2g 炭水化:253.4g 食塩相:5.6g	I補計 -:1610kcal タバク:62.5g 脂質 :34.2g 炭水化:253.6g 食塩相:7.4g	I補計 -:1656kcal タバク:61.0g 脂質 :42.5g 炭水化:250.6g 食塩相:5.8g	I補計 -:1623kcal タバク:60.3g 脂質 :35.2g 炭水化:258.6g 食塩相:5.9g	I補計 -:1587kcal タバク:60.0g 脂質 :43.4g 炭水化:235.5g 食塩相:7.7g	I補計 -:1685kcal タバク:62.9g 脂質 :43.2g 炭水化:248.8g 食塩相:7.1g	I補計 -:1606kcal タバク:59.6g 脂質 :42.0g 炭水化:239.3g 食塩相:5.5g



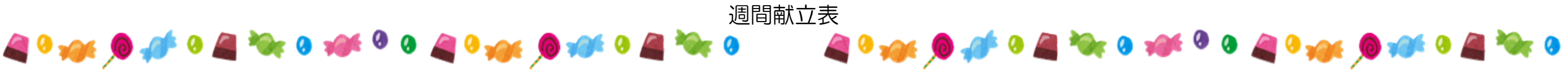
週間献立表

ハートフル瀬谷

透析③

2025年10月12日(日)～2025年10月18日（土）

	10月12日(日)	10月13日(月)	10月14日(火)	10月15日(水)	10月16日(木)	10月17日(金)	10月18日(土)
朝食	御飯又はパン 信田巻きの含め煮 白菜のピーナッツ和え のり佃煮	パン又は御飯 ミネストローネ マカロニサラダ みかん缶	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	パン又は御飯 ウインナーソテー スパゲッティサラダ 黄桃缶	御飯又はパン 炒り豆腐 チンゲン菜のごま和え たいみそ	御飯又はパン 白菜と厚揚げの中華炒め おくらのにり佃煮和え ふりかけ	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	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 -:429kcal タバク:12.0g 脂質 :6.1g 炭水化:78.8g 食塩相:1.7g	I補計 -:514kcal タバク:13.7g 脂質 :12.1g 炭水化:87.6g 食塩相:1.9g	I補計 -:512kcal タバク:14.1g 脂質 :17.9g 炭水化:69.7g 食塩相:1.3g	I補計 -:589kcal タバク:14.7g 脂質 :16.7g 炭水化:94.2g 食塩相:2.2g	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	I補計 -:377kcal タバク:10.8g 脂質 :2.0g 炭水化:77.2g 食塩相:1.4g
昼食	お好み焼き おでん フライドポテト チョコバナナ	御飯（160g） 大豆の煮物 赤魚の山椒焼 里芋の味噌煮 胡瓜のおかか和え	御飯（160g） 卵の花 鶏肉の七味焼 白菜のうま煮 菜の花の辛し和え	御飯（160g） ミートボール 豚肉と野菜の豆板醤炒め がんもの煮物 蒸しなす	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） 卵とじ 鶏肉のマッシュポテト焼 れんこん金平 パイン	高菜とんこつ醤油ラーメン 焼き餃子 チョレギサラダ
	I補計 -:654kcal タバク:16.2g 脂質 :38.1g 炭水化:62.3g 食塩相:3.0g	I補計 -:518kcal タバク:29.6g 脂質 :8.9g 炭水化:76.8g 食塩相:1.7g	I補計 -:562kcal タバク:24.2g 脂質 :17.8g 炭水化:71.9g 食塩相:2.6g	I補計 -:587kcal タバク:24.6g 脂質 :18.5g 炭水化:77.3g 食塩相:2.4g	I補計 -:581kcal タバク:22.6g 脂質 :18.6g 炭水化:78.5g 食塩相:1.6g	I補計 -:664kcal タバク:24.2g 脂質 :24.8g 炭水化:81.8g 食塩相:2.1g	I補計 -:470kcal タバク:18.1g 脂質 :12.4g 炭水化:69.0g 食塩相:4.4g
夕食	御飯（160gタ） 豆腐サラダ 鶏肉とごぼうの卵とじ 長芋のおかか煮 オクラのポン酢和え	御飯（160gタ） 卵豆腐 とんかつ 根菜炒り煮 カリフラワーのドレッシング和え	御飯（160gタ） 蒸し鶏サラダ 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） 白菜の煮浸し 鯖の梅焼き ごぼうの山椒炒め ブロッコリーの和風サラダ	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） カリフラワーのマヨネーズ和え かれいのみりん醤油焼 キャベツとさつま揚げの炒め物 磯納豆	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
	I補計 -:560kcal タバク:30.6g 脂質 :12.5g 炭水化:76.5g 食塩相:1.7g	I補計 -:555kcal タバク:17.6g 脂質 :14.4g 炭水化:86.7g 食塩相:2.0g	I補計 -:568kcal タバク:19.9g 脂質 :16.8g 炭水化:78.6g 食塩相:1.9g	I補計 -:496kcal タバク:22.9g 脂質 :10.9g 炭水化:73.3g 食塩相:1.5g	I補計 -:603kcal タバク:23.4g 脂質 :20.3g 炭水化:76.7g 食塩相:1.5g	I補計 -:519kcal タバク:25.9g 脂質 :11.6g 炭水化:75.6g 食塩相:2.1g	I補計 -:476kcal タバク:20.6g 脂質 :8.2g 炭水化:77.8g 食塩相:2.4g
おやつ	コーヒー提供のみ(おやつ無し)	たい焼き	プチシュー	ブッセ（クリーム）	ピーチムース	パンケーキ（抹茶クリーム）	水ようかん
	I補計 -:0kcal タバク:0.0g 脂質 :0.0g 炭水化:0.0g 食塩相:0.0g	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 -:49kcal タバク:0.8g 脂質 :3.1g 炭水化:4.3g 食塩相:0.0g	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 -:57kcal タバク:1.1g 脂質 :1.1g 炭水化:11.3g 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	I補計 -:44kcal タバク:0.4g 脂質 :0.0g 炭水化:11.8g 食塩相:0.0g
日計	I補計 -:1643kcal タバク:58.8g 脂質 :56.7g 炭水化:217.6g 食塩相:6.3g	I補計 -:1655kcal タバク:62.4g 脂質 :35.9g 炭水化:265.4g 食塩相:5.8g	I補計 -:1691kcal タバク:59.0g 脂質 :55.6g 炭水化:224.5g 食塩相:5.9g	I補計 -:1754kcal タバク:63.3g 脂質 :48.3g 炭水化:259.3g 食塩相:6.3g	I補計 -:1687kcal タバク:60.6g 脂質 :47.4g 炭水化:244.3g 食塩相:4.6g	I補計 -:1620kcal タバク:59.0g 脂質 :43.5g 炭水化:239.2g 食塩相:5.2g	I補計 -:1367kcal タバク:49.9g 脂質 :22.6g 炭水化:235.8g 食塩相:8.4g



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析④

2025年10月19日(日)～2025年10月25日(土)

	10月19日(日)	10月20日(月)	10月21日(火)	10月22日(水)	10月23日(木)	10月24日(金)	10月25日(土)
朝食	パン又は御飯	御飯又はパン	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
	オムレツ	野菜と五目しんじょの煮物	豆腐ハンバーグ	キャベツと海老の塩炒め	たらの香味焼	ラタトゥイユ	海老ボールの含め煮
	ごぼうサラダ	ほうれん草のおかか和え	大根のさっぱり和え	小松菜のナムル	オクラのわさび醤油和え	マカロニサラダ	胡瓜の梅おかか和え
	パイン缶	ふりかけ	ふりかけ	たいみそ	ふりかけ	みかん缶	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 -:639kcal タバコ:20.8g 脂質 :24.2g 炭水化:83.8g 食塩相:2.1g	I総計 -:396kcal タバコ:9.9g 脂質 :5.4g 炭水化:74.8g 食塩相:1.4g	I総計 -:432kcal タバコ:12.2g 脂質 :7.8g 炭水化:75.9g 食塩相:1.4g	I総計 -:398kcal タバコ:11.2g 脂質 :4.6g 炭水化:75.4g 食塩相:1.2g	I総計 -:388kcal タバコ:15.1g 脂質 :2.8g 炭水化:73.1g 食塩相:1.0g	I総計 -:582kcal タバコ:16.8g 脂質 :19.1g 炭水化:85.7g 食塩相:2.1g	I総計 -:382kcal タバコ:9.4g 脂質 :3.0g 炭水化:76.5g 食塩相:1.2g
昼食	御飯（160g）	御飯（160g）	御飯（160g）	ポークカレー	御飯（160g）	御飯（160g）	御飯（160g）
	厚焼卵	しろ菜とツナの和え物	菜の花と蒸し鶏のごま和え	ソラマメ入りサラダ	卵とじ	かにかま玉子巻	スナップさやのソテー
	鰯の紅葉焼き	鶏肉のレモンペッパー焼き	他人とじ	福神漬	生揚となすの味噌炒め	バサの粒マスタード焼	鰹のピリ辛ねぎソース
	さつま芋のじゃこ炒め	ジャーマンポテト	ブロッコリーの香り炒め	オレンジゼリー	じゃがいもの煮物	ちくわの照り煮	チンゲン菜の中華風炒め
	キャベツの磯和え	春雨サラダ	和風サラダ		花野菜サラダ	しろ菜のごま和え	ブロッコリーとツナのサラダ
	I総計 -:696kcal タバコ:27.6g 脂質 :22.4g 炭水化:93.2g 食塩相:2.5g	I総計 -:620kcal タバコ:24.3g 脂質 :23.4g 炭水化:74.3g 食塩相:2.4g	I総計 -:542kcal タバコ:27.0g 脂質 :16.0g 炭水化:69.9g 食塩相:2.0g	I総計 -:653kcal タバコ:20.4g 脂質 :19.9g 炭水化:93.7g 食塩相:2.8g	I総計 -:601kcal タバコ:19.7g 脂質 :20.7g 炭水化:79.4g 食塩相:1.8g	I総計 -:504kcal タバコ:23.2g 脂質 :12.2g 炭水化:72.7g 食塩相:3.1g	I総計 -:574kcal タバコ:29.1g 脂質 :18.4g 炭水化:70.1g 食塩相:2.3g
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）
	大根のかにかま和え	里芋のそぼろ煮	煮浸し	冷奴	焼売	しろ菜とエビのお浸し	フルーツヨーグルト
	鶏肉と野菜の甘酢がらめ	鰯の竜田焼	鶏肉のけずりかつお焼	ほっけの照り焼き	チンソテー ガーリックオニオソース	肉団子と根菜の煮物	揚げだし豆腐のカニ風味あんかけ
	小松菜の煮浸し	大豆と蓮根の煮物	里芋のうま煮あんかけ	もやしの炒め物	大根とツナのソテー	切干し大根の煮物	里芋と豚肉の煮物
	南瓜サラダ	キャベツのサラダ	白菜の塩昆布和え	春菊のお浸し	ほうれん草のピーナツ和え	もやしと小松菜の和え物	わかめサラダ
	I総計 -:588kcal タバコ:20.8g 脂質 :18.2g 炭水化:81.4g 食塩相:1.7g	I総計 -:507kcal タバコ:25.2g 脂質 :7.6g 炭水化:81.0g 食塩相:1.9g	I総計 -:499kcal タバコ:19.6g 脂質 :12.5g 炭水化:72.3g 食塩相:2.1g	I総計 -:473kcal タバコ:26.4g 脂質 :10.0g 炭水化:66.7g 食塩相:2.3g	I総計 -:577kcal タバコ:24.3g 脂質 :19.2g 炭水化:73.1g 食塩相:2.2g	I総計 -:540kcal タバコ:20.5g 脂質 :8.9g 炭水化:92.9g 食塩相:2.0g	I総計 -:575kcal タバコ:19.3g 脂質 :15.2g 炭水化:87.1g 食塩相:1.6g
おやつ	黒糖まんじゅう	あんドーナツ	ロールケーキ (J-ヒ-)	手作りおやつ 南瓜の蒸しパン	おせんべい (星たべよ)	レモンケーキ	カステラ
	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 -:70kcal タバコ:1.1g 脂質 :2.8g 炭水化:10.2g 食塩相:0.1g	I総計 -:92kcal タバコ:1.4g 脂質 :3.2g 炭水化:14.5g 食塩相:0.1g	I総計 -:128kcal タバコ:1.8g 脂質 :0.8g 炭水化:28.7g 食塩相:0.4g	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 -:58kcal タバコ:1.2g 脂質 :2.5g 炭水化:7.6g 食塩相:0.1g	I総計 -:83kcal タバコ:1.7g 脂質 :1.0g 炭水化:16.7g 食塩相:0.0g
日計	I総計 -:1989kcal タバコ:70.5g 脂質 :64.9g 炭水化:273.3g 食塩相:6.3g	I総計 -:1593kcal タバコ:60.5g 脂質 :39.2g 炭水化:240.3g 食塩相:5.8g	I総計 -:1565kcal タバコ:60.2g 脂質 :39.5g 炭水化:232.6g 食塩相:5.7g	I総計 -:1652kcal タバコ:59.8g 脂質 :35.3g 炭水化:264.5g 食塩相:6.7g	I総計 -:1601kcal タバコ:59.3g 脂質 :44.7g 炭水化:229.7g 食塩相:5.2g	I総計 -:1684kcal タバコ:61.7g 脂質 :42.7g 炭水化:258.9g 食塩相:7.3g	I総計 -:1614kcal タバコ:59.5g 脂質 :37.6g 炭水化:250.4g 食塩相:5.1g



ハートフル瀬谷

透析⑤

2025年10月26日(日)～2025年10月31日（金）

	10月26日(日)	10月27日(月)	10月28日(火)	10月29日(水)	10月30日(木)	10月31日(金)	
朝食	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 胡桃和え 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 お魚とうふの煮物 胡瓜の酢の物 のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 肉団子のトマト煮 しろ菜と錦糸卵のサラダ フルーツ（カクテル缶） ヤクルト	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	
	I総計 -:397kcal タバコ:10.7g 脂質 :2.1g 炭水化:81.5g 食塩相:1.4g	I総計 -:404kcal タバコ:8.4g 脂質 :6.1g 炭水化:76.5g 食塩相:1.2g	I総計 -:579kcal タバコ:17.6g 脂質 :18.9g 炭水化:85.0g 食塩相:1.8g	I総計 -:407kcal タバコ:11.0g 脂質 :4.1g 炭水化:78.4g 食塩相:1.4g	I総計 -:513kcal タバコ:17.4g 脂質 :10.7g 炭水化:86.9g 食塩相:1.9g	I総計 -:415kcal タバコ:11.8g 脂質 :2.8g 炭水化:82.7g 食塩相:1.9g	
昼食	御飯（160g） さつまいもサラダ 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 鱈の幽庵焼 里芋の青のりバター カニ風味和え	☆誕生日セレクト☆ Aミートソースパゲティ Bあんかけ焼きそば コンソメスープ コールスローサラダ キウイフルーツ	御飯（160g） 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 スタッフインのサラダ	御飯（160g） ナムル ホキのチリソース キャベツの炒め煮 さつま芋サラダ	【ハロウィン】 炊き込みピラフ 南瓜シチュー ミモザサラダ フルーツヨーグルト	
	I総計 -:627kcal タバコ:26.5g 脂質 :23.0g 炭水化:76.1g 食塩相:1.5g	I総計 -:512kcal タバコ:22.7g 脂質 :10.8g 炭水化:78.1g 食塩相:2.6g	I総計 -:549kcal タバコ:23.3g 脂質 :11.6g 炭水化:88.9g 食塩相:4.2g	I総計 -:567kcal タバコ:22.2g 脂質 :16.8g 炭水化:79.5g 食塩相:2.6g	I総計 -:627kcal タバコ:22.2g 脂質 :21.4g 炭水化:83.5g 食塩相:2.4g	I総計 -:553kcal タバコ:21.1g 脂質 :10.9g 炭水化:90.2g 食塩相:2.4g	
夕食	御飯（160gタ） 春菊のおかか和え たらの味噌マヨ焼 ごぼうのそぼろ炒め 白菜の酢の物	御飯（160gタ） しろ菜とツナのごまドレ和え 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 カレーのバター醤油がけ じゃが芋金平 もやしの和え物	御飯（160gタ） 里芋の信田煮 豚肉の塩麹焼き 豆腐の和風あんかけ 大根の青じそサラダ	御飯（160gタ） さつま揚げの煮物 鶏肉の柚子胡椒だれ なすの炒め物 白菜のぼん酢和え	御飯（160gタ） みかんヨーグルト 鱈の西京焼き 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の磯和え	
	I総計 -:484kcal タバコ:22.5g 脂質 :10.9g 炭水化:71.4g 食塩相:1.7g	I総計 -:506kcal タバコ:25.5g 脂質 :9.6g 炭水化:76.2g 食塩相:1.6g	I総計 -:452kcal タバコ:21.1g 脂質 :6.2g 炭水化:75.4g 食塩相:1.5g	I総計 -:600kcal タバコ:25.4g 脂質 :20.8g 炭水化:71.8g 食塩相:1.8g	I総計 -:469kcal タバコ:19.3g 脂質 :11.8g 炭水化:68.0g 食塩相:1.6g	I総計 -:509kcal タバコ:24.5g 脂質 :11.9g 炭水化:72.0g 食塩相:1.5g	
おやつ	チョコクレープ	ワッフル(ホイップ & カスタード)	お誕生日ケーキ	オレンジケーキ	黒糖まんじゅう	かぼちゃプリン	
	I総計 -:86kcal タバコ:0.8g 脂質 :5.2g 炭水化:9.1g 食塩相:0.1g	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 -:70kcal タバコ:1.0g 脂質 :4.3g 炭水化:6.9g 食塩相:0.0g	I総計 -:69kcal タバコ:1.3g 脂質 :2.3g 炭水化:10.8g 食塩相:0.1g	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 -:91kcal タバコ:2.7g 脂質 :1.9g 炭水化:15.8g 食塩相:0.1g	
日計	I総計 -:1594kcal タバコ:60.5g 脂質 :41.2g 炭水化:238.1g 食塩相:4.7g	I総計 -:1543kcal タバコ:58.9g 脂質 :32.4g 炭水化:245.4g 食塩相:5.5g	I総計 -:1650kcal タバコ:63.0g 脂質 :41.0g 炭水化:256.2g 食塩相:7.5g	I総計 -:1643kcal タバコ:59.9g 脂質 :44.0g 炭水化:240.5g 食塩相:5.9g	I総計 -:1675kcal タバコ:60.2g 脂質 :44.0g 炭水化:253.3g 食塩相:5.9g	I総計 -:1568kcal タバコ:60.1g 脂質 :27.5g 炭水化:260.7g 食塩相:5.9g	