

週間献立表

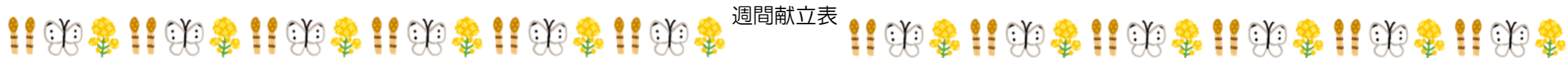


ハートフル瀬谷

透析①

2026年3月29日(日)~2026年4月4日(土)

	3月29日(日)	3月30日(月)	3月31日(火)	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4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 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 もやしのにのり和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 大根のそぼろ煮 青梗菜の香味醤油和え ふりかけ ヤクルト
	I補給:-448kcal 卵白*14.9g 脂質*:7.4g 炭水*:81.2g 食塩相:1.8g	I補給:-434kcal 卵白*13.6g 脂質*:8.0g 炭水*:73.9g 食塩相:1.6g	I補給:-434kcal 卵白*12.5g 脂質*:5.5g 炭水*:81.0g 食塩相:1.2g	I補給:-492kcal 卵白*14.4g 脂質*:9.1g 炭水*:87.5g 食塩相:2.1g	I補給:-414kcal 卵白*12.3g 脂質*:4.7g 炭水*:76.2g 食塩相:1.2g	I補給:-433kcal 卵白*11.0g 脂質*:7.1g 炭水*:76.5g 食塩相:1.2g	I補給:-405kcal 卵白*9.9g 脂質*:5.5g 炭水*:74.2g 食塩相:1.5g
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	【お誕生日セレクト】 御飯(160g)味噌汁 A油淋鶏 Bエビフライ なすのピリ辛炒め 和風和え	御飯(160g) 豆サラダ 鱈のゆず胡椒焼き キャベツの和風炒め とろろ芋	中華丼 いんげんのお浸し 春菊の塩炒め ストロベリーゼリー	御飯(160g) 茄子と海老の和え物 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	御飯(160g) パンプキンサラダ 赤魚の葱味噌焼 さつまいのオレンジ煮 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 ブロッコリーのサラダ
	I補給:-590kcal 卵白*21.5g 脂質*:21.8g 炭水*:72.9g 食塩相:1.7g	I補給:-586kcal 卵白*18.2g 脂質*:23.8g 炭水*:70.5g 食塩相:1.9g	I補給:-521kcal 卵白*25.7g 脂質*:11.6g 炭水*:74.9g 食塩相:2.1g	I補給:-460kcal 卵白*17.7g 脂質*:8.4g 炭水*:78.5g 食塩相:1.9g	I補給:-600kcal 卵白*19.6g 脂質*:24.8g 炭水*:69.0g 食塩相:2.0g	I補給:-562kcal 卵白*17.0g 脂質*:11.6g 炭水*:92.2g 食塩相:1.4g	I補給:-719kcal 卵白*23.8g 脂質*:32.8g 炭水*:83.6g 食塩相:2.0g
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) ほうれん草とエビの炒め煮 豚肉と卵のニラ炒め さつまいの甘煮 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) 大豆とひじきの煮物 豚しゃぶ 里芋の煮ころがし カラフルサラダ	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) 厚揚げとエビの煮物 鱈の煮付け じゃが芋と豚肉の炒め物 オクラの梅肉和え
	I補給:-518kcal 卵白*21.6g 脂質*:13.3g 炭水*:74.2g 食塩相:2.5g	I補給:-635kcal 卵白*26.9g 脂質*:17.7g 炭水*:87.5g 食塩相:2.1g	I補給:-549kcal 卵白*19.5g 脂質*:16.2g 炭水*:79.0g 食塩相:2.6g	I補給:-472kcal 卵白*21.6g 脂質*:9.9g 炭水*:68.7g 食塩相:1.9g	I補給:-606kcal 卵白*22.9g 脂質*:19.6g 炭水*:75.5g 食塩相:1.9g	I補給:-591kcal 卵白*25.3g 脂質*:18.0g 炭水*:75.3g 食塩相:2.6g	I補給:-457kcal 卵白*19.1g 脂質*:7.6g 炭水*:70.4g 食塩相:2.1g
おやつ	塩まんじゅう	お誕生日ケーキ	厚切バウム	人形焼	バナナムース	もみじまんじゅう	チーズ蒸しケーキ
	I補給:-66kcal 卵白*1.2g 脂質*:0.1g 炭水*:15.2g 食塩相:0.2g	I補給:-65kcal 卵白*1.1g 脂質*:4.2g 炭水*:5.7g 食塩相:0.0g	I補給:-80kcal 卵白*1.1g 脂質*:3.4g 炭水*:11.2g 食塩相:0.1g	I補給:-75kcal 卵白*1.5g 脂質*:1.3g 炭水*:14.3g 食塩相:0.0g	I補給:-44kcal 卵白*1.0g 脂質*:1.1g 炭水*:8.4g 食塩相:0.2g	I補給:-107kcal 卵白*2.0g 脂質*:2.1g 炭水*:19.9g 食塩相:0.1g	I補給:-100kcal 卵白*1.7g 脂質*:4.1g 炭水*:14.1g 食塩相:0.2g
日計	I補給:-1622kcal 卵白*59.2g 脂質*:42.6g 炭水*:243.5g 食塩相:6.2g	I補給:-1720kcal 卵白*59.8g 脂質*:53.7g 炭水*:237.6g 食塩相:5.7g	I補給:-1584kcal 卵白*58.8g 脂質*:36.7g 炭水*:246.1g 食塩相:6.0g	I補給:-1499kcal 卵白*55.2g 脂質*:28.7g 炭水*:249.0g 食塩相:6.0g	I補給:-1664kcal 卵白*55.8g 脂質*:50.2g 炭水*:229.1g 食塩相:5.3g	I補給:-1693kcal 卵白*55.3g 脂質*:38.8g 炭水*:263.9g 食塩相:5.3g	I補給:-1681kcal 卵白*54.5g 脂質*:50.0g 炭水*:242.3g 食塩相:5.8g



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析②

2026年4月5日(日)~2026年4月11日(土)

	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)
朝食	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 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 たいみそ 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	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	御飯又はパン 豆腐と野菜の炒め物 かに風味和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 信田巻きの含め煮 白菜のピーナッツ和え 梅びしお ヤクルト
	I補給 -487kcal 卵白 7*13.9g 脂質* :6.3g 炭水* :89.2g 食塩相:2.0g	I補給 -451kcal 卵白 7*11.6g 脂質* :7.7g 炭水* :75.9g 食塩相:1.1g	I補給 -417kcal 卵白 7*10.4g 脂質* :5.9g 炭水* :75.4g 食塩相:1.1g	I補給 -480kcal 卵白 7*16.1g 脂質* :8.2g 炭水* :84.0g 食塩相:2.5g	I補給 -441kcal 卵白 7*9.5g 脂質* :5.5g 炭水* :83.1g 食塩相:1.4g	I補給 -417kcal 卵白 7*11.9g 脂質* :7.0g 炭水* :71.7g 食塩相:1.2g	I補給 -421kcal 卵白 7*11.3g 脂質* :5.8g 炭水* :75.1g 食塩相:1.9g
昼食	御飯(160g) 卵豆腐 ホキのガーリックソース 南瓜のチーズ焼き ブロッコリーサラダ	高菜とんこつ醤油ラーメン にらの卵とし チョレギサラダ	御飯(160g) キャベツの浅漬け ハニーマスタードチキン いんげんのマヨぽん炒め 春菊のお浸し	シーフードカレー きのこサラダ 福神漬 杏仁豆腐	御飯(160g) シューマイ カレイのおろし煮 チンゲン菜の香り炒め もやしときくらげのナムル	御飯(160g) 菜の花とツナのお浸し 豚キムチ炒め 水餃子 フレンチサラダ	御飯(160g) バナナヨーグルト ハンバーグトマトソース 小松菜のソテー ポテトサラダ
	I補給 -513kcal 卵白 7*20.5g 脂質* :13.3g 炭水* :72.8g 食塩相:1.8g	I補給 -499kcal 卵白 7*22.5g 脂質* :15.1g 炭水* :63.1g 食塩相:4.4g	I補給 -541kcal 卵白 7*20.5g 脂質* :19.2g 炭水* :65.8g 食塩相:1.7g	I補給 -391kcal 卵白 7*15.5g 脂質* :9.8g 炭水* :54.8g 食塩相:3.0g	I補給 -547kcal 卵白 7*21.8g 脂質* :15.3g 炭水* :77.1g 食塩相:3.3g	I補給 -511kcal 卵白 7*23.7g 脂質* :13.4g 炭水* :69.0g 食塩相:2.5g	I補給 -543kcal 卵白 7*16.5g 脂質* :14.6g 炭水* :82.2g 食塩相:1.9g
夕食	御飯(160gタ) もやしの和風炒め 豚肉のバーベキュー炒め 冬瓜の煮物 冷奴	御飯(160gタ) はんぺん煮 肉豆腐チャンプルー ひじきの煮物 小松菜の甘酢生姜和え	御飯(160gタ) 卵の花 赤魚の野菜あんかけ キャベツと豚肉の炒め煮 胡瓜のわさび和え	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	御飯(160gタ) 卵とし 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) ストロベリームース 鱈の焼き南蛮漬 なすのオイスター炒め 大根の柚子風味和え	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
	I補給 -518kcal 卵白 7*19.9g 脂質* :16.1g 炭水* :68.4g 食塩相:2.0g	I補給 -521kcal 卵白 7*23.2g 脂質* :13.3g 炭水* :73.3g 食塩相:2.6g	I補給 -557kcal 卵白 7*22.8g 脂質* :13.7g 炭水* :80.5g 食塩相:2.7g	I補給 -600kcal 卵白 7*21.6g 脂質* :22.0g 炭水* :72.9g 食塩相:1.8g	I補給 -564kcal 卵白 7*24.6g 脂質* :17.6g 炭水* :71.7g 食塩相:2.2g	I補給 -558kcal 卵白 7*18.1g 脂質* :15.7g 炭水* :79.7g 食塩相:1.7g	I補給 -526kcal 卵白 7*26.0g 脂質* :10.3g 炭水* :76.6g 食塩相:1.6g
おやつ	和のパンケーキ(きなこ&黒糖)	【手作りおやつ】 ホットケーキ	ピーチムース	黒糖ケーキ	せんべい(サラダせん)	ロールケーキ(バニラ)	コーヒークリームサンド
	I補給 -55kcal 卵白 7*1.0g 脂質* :1.9g 炭水* :8.7g 食塩相:0.1g	I補給 -109kcal 卵白 7*2.3g 脂質* :2.3g 炭水* :19.9g 食塩相:0.3g	I補給 -51kcal 卵白 7*1.0g 脂質* :1.1g 炭水* :10.0g 食塩相:0.2g	I補給 -66kcal 卵白 7*1.6g 脂質* :2.0g 炭水* :10.5g 食塩相:0.0g	I補給 -75kcal 卵白 7*0.8g 脂質* :2.7g 炭水* :11.9g 食塩相:0.3g	I補給 -95kcal 卵白 7*1.3g 脂質* :3.9g 炭水* :13.9g 食塩相:0.1g	I補給 -128kcal 卵白 7*1.9g 脂質* :4.7g 炭水* :19.5g 食塩相:0.1g
日計	I補給 -1573kcal 卵白 7*55.3g 脂質* :37.6g 炭水* :239.1g 食塩相:5.9g	I補給 -1580kcal 卵白 7*59.6g 脂質* :38.4g 炭水* :232.2g 食塩相:8.4g	I補給 -1566kcal 卵白 7*54.7g 脂質* :39.9g 炭水* :231.7g 食塩相:5.8g	I補給 -1537kcal 卵白 7*54.8g 脂質* :42.0g 炭水* :222.2g 食塩相:7.3g	I補給 -1627kcal 卵白 7*56.7g 脂質* :41.1g 炭水* :243.8g 食塩相:7.2g	I補給 -1581kcal 卵白 7*55.0g 脂質* :40.0g 炭水* :234.3g 食塩相:5.5g	I補給 -1618kcal 卵白 7*55.7g 脂質* :35.4g 炭水* :253.4g 食塩相:5.5g

週間献立表

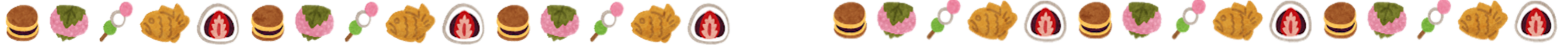
ハートフル瀬谷

透析③

2026年4月12日(日)～2026年4月18日(土)

	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)
朝食	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 黄桃缶 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 おくらのもり佃煮和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 冬瓜と豚肉の煮物 青梗菜のお浸し ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 肉団子と大根の煮物 いんげんの味噌マヨ和え のり佃煮 ヤクルト
	1食分 -509kcal 卵白*13.4g 脂質*11.9g 炭水*85.6g 食塩相:1.9g	1食分 -499kcal 卵白*12.9g 脂質*16.4g 炭水*70.8g 食塩相:1.3g	1食分 -583kcal 卵白*14.2g 脂質*16.7g 炭水*92.5g 食塩相:2.2g	1食分 -441kcal 卵白*13.2g 脂質*7.0g 炭水*76.5g 食塩相:1.4g	1食分 -378kcal 卵白*8.2g 脂質*4.4g 炭水*70.8g 食塩相:1.0g	1食分 -388kcal 卵白*12.6g 脂質*3.9g 炭水*70.4g 食塩相:0.8g	1食分 -421kcal 卵白*8.8g 脂質*7.0g 炭水*80.9g 食塩相:1.5g
昼食	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	【春御膳】 梅しらすごはん 清し汁 天ぷら盛り合わせ/天つゆ 春野菜の炊き合わせ 水ようかん(苺風味)	御飯(160g) 厚焼卵 鱈の紅葉焼き さつま芋のじゃこ炒め キャベツの磯和え
	1食分 -496kcal 卵白*26.2g 脂質*8.1g 炭水*71.6g 食塩相:1.7g	1食分 -563kcal 卵白*24.1g 脂質*18.4g 炭水*69.4g 食塩相:2.7g	1食分 -577kcal 卵白*22.3g 脂質*18.0g 炭水*75.3g 食塩相:2.4g	1食分 -561kcal 卵白*19.5g 脂質*17.9g 炭水*76.4g 食塩相:1.6g	1食分 -633kcal 卵白*22.6g 脂質*23.3g 炭水*84.9g 食塩相:2.1g	1食分 -565kcal 卵白*16.6g 脂質*13.0g 炭水*97.5g 食塩相:3.4g	1食分 -671kcal 卵白*25.6g 脂質*21.2g 炭水*91.0g 食塩相:2.5g
夕食	御飯(160g夕) 卵豆腐 とんかつ 根菜炒り煮 カリワリーのドレッシング和え	御飯(160g夕) 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夕) 白菜の煮浸し 鱈の梅焼き ごぼうの山椒炒め ブロッコリーの和風サラダ	御飯(160g夕) 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夕) カリワリ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夕) ゴマドレ和え サバの味噌焼き 切り昆布の煮物 切干大根の和風サラダ	御飯(160g夕) 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
	1食分 -547kcal 卵白*16.2g 脂質*14.1g 炭水*83.6g 食塩相:2.0g	1食分 -555kcal 卵白*19.1g 脂質*16.2g 炭水*78.0g 食塩相:1.9g	1食分 -481kcal 卵白*20.3g 脂質*9.9g 炭水*71.8g 食塩相:1.5g	1食分 -589kcal 卵白*21.3g 脂質*19.7g 炭水*76.9g 食塩相:1.5g	1食分 -499kcal 卵白*23.2g 脂質*10.8g 炭水*78.1g 食塩相:2.2g	1食分 -604kcal 卵白*19.8g 脂質*21.0g 炭水*77.7g 食塩相:2.6g	1食分 -575kcal 卵白*20.6g 脂質*17.7g 炭水*78.4g 食塩相:1.7g
おやつ	たい焼き	プチシュー	ブッセ(クリーム)	ストロベリームース	厚切りバウム	いちごクリームサンド	黒糖まんじゅう
	1食分 -98kcal 卵白*2.1g 脂質*1.7g 炭水*18.6g 食塩相:0.2g	1食分 -49kcal 卵白*0.8g 脂質*3.1g 炭水*4.3g 食塩相:0.0g	1食分 -82kcal 卵白*1.1g 脂質*2.2g 炭水*14.5g 食塩相:0.1g	1食分 -55kcal 卵白*1.0g 脂質*1.1g 炭水*11.3g 食塩相:0.1g	1食分 -80kcal 卵白*1.1g 脂質*3.4g 炭水*11.2g 食塩相:0.1g	1食分 -127kcal 卵白*1.8g 脂質*4.3g 炭水*20.2g 食塩相:0.1g	1食分 -66kcal 卵白*1.3g 脂質*0.1g 炭水*14.9g 食塩相:0.0g
日計	1食分 -1650kcal 卵白*57.9g 脂質*35.8g 炭水*259.4g 食塩相:5.9g	1食分 -1666kcal 卵白*56.9g 脂質*54.1g 炭水*222.5g 食塩相:5.9g	1食分 -1723kcal 卵白*57.9g 脂質*46.8g 炭水*254.1g 食塩相:6.3g	1食分 -1646kcal 卵白*55.0g 脂質*45.7g 炭水*241.1g 食塩相:4.6g	1食分 -1590kcal 卵白*55.1g 脂質*41.9g 炭水*245.0g 食塩相:5.4g	1食分 -1684kcal 卵白*50.8g 脂質*42.2g 炭水*265.8g 食塩相:7.0g	1食分 -1733kcal 卵白*56.3g 脂質*46.0g 炭水*265.2g 食塩相:5.7g

週間献立表



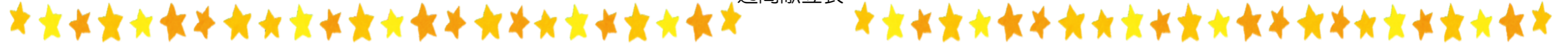
ハートフル瀬谷

透析④

2026年4月19日(日)~2026年4月25日(土)

	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)
朝食	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 たらの香味焼 オクラのわさび醤油和え ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 ラタトゥイユ スパゲッティサラダ みかん缶 ヤクルト	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	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† -:394kcal 卵† 7*:9.4g 脂質* :5.2g 炭水* :73.1g 食塩相:1.5g	I補† -:432kcal 卵† 7*:12.1g 脂質* :8.0g 炭水* :73.0g 食塩相:1.4g	I補† -:393kcal 卵† 7*:10.2g 脂質* :4.4g 炭水* :74.1g 食塩相:1.2g	I補† -:377kcal 卵† 7*:12.9g 脂質* :2.5g 炭水* :70.4g 食塩相:1.0g	I補† -:577kcal 卵† 7*:16.5g 脂質* :17.9g 炭水* :85.3g 食塩相:2.1g	I補† -:380kcal 卵† 7*:8.9g 脂質* :2.9g 炭水* :74.1g 食塩相:1.2g	I補† -:567kcal 卵† 7*:16.7g 脂質* :18.5g 炭水* :82.0g 食塩相:1.8g
昼食	御飯(160g) しろ菜とツナの和え物 鶏肉のレモンペッパー焼き ジャーマンポテト 春雨サラダ	御飯(160g) 菜の花と蒸し鶏のごま和え 他人とじ ブロッコリーの香り炒め 和風サラダ	ポークカレー ソラマメ入りサラダ 福神漬 オレンジゼリー	御飯(160g) 卵とじ 生揚となすの味噌炒め じゃがいもの煮物 花野菜サラダ	御飯(160g) 厚焼玉子 白身魚の粒マスタード焼 ちくわの照り煮 しろ菜のごま和え	御飯(160g) ポテトと鶏肉のソテー 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	あんかけ焼きそば キャベツサラダ 五色ナムル キウイフルーツ
	I補† -:592kcal 卵† 7*:23.0g 脂質* :22.1g 炭水* :70.0g 食塩相:2.4g	I補† -:537kcal 卵† 7*:23.8g 脂質* :16.0g 炭水* :68.8g 食塩相:1.9g	I補† -:586kcal 卵† 7*:20.1g 脂質* :13.7g 炭水* :89.9g 食塩相:2.8g	I補† -:614kcal 卵† 7*:21.1g 脂質* :23.5g 炭水* :76.9g 食塩相:1.7g	I補† -:547kcal 卵† 7*:20.6g 脂質* :16.7g 炭水* :73.6g 食塩相:2.7g	I補† -:545kcal 卵† 7*:25.1g 脂質* :16.2g 炭水* :69.2g 食塩相:2.3g	I補† -:566kcal 卵† 7*:20.5g 脂質* :15.2g 炭水* :85.2g 食塩相:2.3g
夕食	御飯(160g夕) 里芋のそぼろ煮 鱈の竜田焼 大豆と蓮根の煮物 キャベツのサラダ	御飯(160g夕) 煮浸し 鶏肉のけずりかつお焼 里芋のうま煮あんかけ 白菜の塩昆布和え	御飯(160g夕) 冷奴 ほっけの照り焼き もやしの炒め物 春菊のお浸し	御飯(160g夕) 焼売 丼ソテー ガーリックオニオンス 大根とツナのソテー ほうれん草のピーナツ和え	御飯(160g夕) 加万ワ-とエビのお浸し 肉団子と根菜の煮物 切干し大根の煮物 小松菜と玉葱の和え物	御飯(160g夕) 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夕) なると煮 カレーのバター醤油がけ じゃが芋金平 高菜和え
	I補† -:484kcal 卵† 7*:21.9g 脂質* :6.7g 炭水* :76.8g 食塩相:1.9g	I補† -:480kcal 卵† 7*:18.9g 脂質* :12.1g 炭水* :67.1g 食塩相:2.1g	I補† -:466kcal 卵† 7*:23.9g 脂質* :9.1g 炭水* :66.8g 食塩相:2.2g	I補† -:566kcal 卵† 7*:23.6g 脂質* :19.7g 炭水* :71.8g 食塩相:2.2g	I補† -:523kcal 卵† 7*:17.9g 脂質* :8.3g 炭水* :82.7g 食塩相:2.0g	I補† -:535kcal 卵† 7*:19.5g 脂質* :13.2g 炭水* :78.9g 食塩相:1.6g	I補† -:433kcal 卵† 7*:18.5g 脂質* :5.1g 炭水* :74.2g 食塩相:1.5g
おやつ	あんドーナツ	ロールケーキ(コ-ヒ-)	抹茶パンケーキ	どら焼き	おせんべい(星たべよ)	カステラ	紅茶ケーキ
	I補† -:70kcal 卵† 7*:1.1g 脂質* :2.8g 炭水* :10.2g 食塩相:0.1g	I補† -:92kcal 卵† 7*:1.4g 脂質* :3.2g 炭水* :14.5g 食塩相:0.1g	I補† -:56kcal 卵† 7*:1.0g 脂質* :2.1g 炭水* :8.2g 食塩相:0.1g	I補† -:146kcal 卵† 7*:3.0g 脂質* :1.4g 炭水* :31.9g 食塩相:0.2g	I補† -:35kcal 卵† 7*:0.2g 脂質* :2.0g 炭水* :4.1g 食塩相:0.1g	I補† -:83kcal 卵† 7*:1.7g 脂質* :1.0g 炭水* :16.7g 食塩相:0.0g	I補† -:62kcal 卵† 7*:1.5g 脂質* :1.5g 炭水* :10.6g 食塩相:0.0g
日計	I補† -:1540kcal 卵† 7*:55.4g 脂質* :36.8g 炭水* :230.1g 食塩相:5.8g	I補† -:1541kcal 卵† 7*:56.2g 脂質* :39.3g 炭水* :223.4g 食塩相:5.5g	I補† -:1501kcal 卵† 7*:55.2g 脂質* :29.3g 炭水* :239.0g 食塩相:6.3g	I補† -:1703kcal 卵† 7*:60.6g 脂質* :47.1g 炭水* :251.0g 食塩相:5.2g	I補† -:1682kcal 卵† 7*:55.2g 脂質* :44.9g 炭水* :245.7g 食塩相:6.9g	I補† -:1543kcal 卵† 7*:55.2g 脂質* :33.3g 炭水* :238.9g 食塩相:5.2g	I補† -:1628kcal 卵† 7*:57.2g 脂質* :40.3g 炭水* :252.0g 食塩相:5.6g

週間献立表



ハートフル瀬谷

透析⑤

2026年4月26日(日)～2026年4月30日(土)

	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)		
朝食	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	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 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補† -:409kcal 卵パ*ク*:9.9g 脂質*:6.1g 炭水*:74.0g 食塩相:1.2g	I補† -:386kcal 卵パ*ク*:9.6g 脂質*:2.6g 炭水*:77.1g 食塩相:1.1g	I補† -:414kcal 卵パ*ク*:9.7g 脂質*:6.1g 炭水*:76.2g 食塩相:1.4g	I補† -:508kcal 卵パ*ク*:16.4g 脂質*:10.2g 炭水*:81.8g 食塩相:1.9g	I補† -:411kcal 卵パ*ク*:11.4g 脂質*:3.1g 炭水*:77.3g 食塩相:1.8g		
昼食	御飯(160g) はんぺん煮 鯖の幽庵焼 里芋の青のりバター カニ風味和え	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	【誕生日セレクト】 Aロールパンサンド Bナポリタン コーンポタージュ 蒸し鶏サラダ ピーチゼリー	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	御飯(160g) 温泉卵 ポークソテーにオリーブ れんこん金平 春雨サラダ		
	I補† -:568kcal 卵パ*ク*:19.1g 脂質*:18.8g 炭水*:73.7g 食塩相:2.7g	I補† -:550kcal 卵パ*ク*:26.1g 脂質*:16.4g 炭水*:70.6g 食塩相:1.7g	I補† -:607kcal 卵パ*ク*:19.7g 脂質*:22.2g 炭水*:82.0g 食塩相:3.3g	I補† -:542kcal 卵パ*ク*:19.0g 脂質*:14.3g 炭水*:79.5g 食塩相:2.5g	I補† -:687kcal 卵パ*ク*:25.8g 脂質*:28.6g 炭水*:75.5g 食塩相:2.3g		
夕食	御飯(160g夕) そら豆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夕) 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 白菜のゆかり和え	御飯(160g夕) 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夕) さつま揚げの煮物 鶏肉の柚子胡椒だれ なすの炒め物 菜の花の胡麻和え	御飯(160g夕) みかんヨーグルト 鯖の西京焼き 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の磯和え		
	I補† -:578kcal 卵パ*ク*:24.2g 脂質*:17.8g 炭水*:74.5g 食塩相:1.6g	I補† -:463kcal 卵パ*ク*:19.3g 脂質*:11.2g 炭水*:65.4g 食塩相:1.9g	I補† -:498kcal 卵パ*ク*:24.9g 脂質*:11.4g 炭水*:67.4g 食塩相:1.9g	I補† -:512kcal 卵パ*ク*:19.6g 脂質*:15.5g 炭水*:65.6g 食塩相:1.6g	I補† -:507kcal 卵パ*ク*:22.7g 脂質*:11.7g 炭水*:73.0g 食塩相:1.4g		
おやつ	ワッフル(ホイップ & カスタード)	チョコクレープ	お誕生日ケーキ	黒糖まんじゅう	水ようかん		
	I補† -:113kcal 卵パ*ク*:2.2g 脂質*:5.6g 炭水*:13.4g 食塩相:0.1g	I補† -:86kcal 卵パ*ク*:0.8g 脂質*:5.2g 炭水*:9.1g 食塩相:0.1g	I補† -:70kcal 卵パ*ク*:1.0g 脂質*:4.3g 炭水*:6.9g 食塩相:0.0g	I補† -:66kcal 卵パ*ク*:1.3g 脂質*:0.1g 炭水*:14.9g 食塩相:0.0g	I補† -:44kcal 卵パ*ク*:0.4g 脂質*:0.0g 炭水*:11.8g 食塩相:0.0g		
日計	I補† -:1668kcal 卵パ*ク*:55.4g 脂質*:48.3g 炭水*:235.6g 食塩相:5.6g	I補† -:1485kcal 卵パ*ク*:55.8g 脂質*:35.4g 炭水*:222.2g 食塩相:4.7g	I補† -:1589kcal 卵パ*ク*:55.3g 脂質*:44.0g 炭水*:232.5g 食塩相:6.6g	I補† -:1628kcal 卵パ*ク*:56.3g 脂質*:40.1g 炭水*:241.8g 食塩相:6.0g	I補† -:1649kcal 卵パ*ク*:60.3g 脂質*:43.4g 炭水*:237.6g 食塩相:5.6g		