

週間献立表



ハートフル瀬谷

透析①

2026年4月26日(日)~2026年5月2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)	5月1日(金)	5月2日(土)
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	御飯又はパン キャベツソテー 小松菜のピーナツ和え 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
	I補給:-409kcal 卵白*9.9g 脂質*:6.1g 炭水*:74.0g 食塩相:1.2g	I補給:-386kcal 卵白*9.6g 脂質*:2.6g 炭水*:77.1g 食塩相:1.1g	I補給:-414kcal 卵白*9.7g 脂質*:6.1g 炭水*:76.2g 食塩相:1.4g	I補給:-508kcal 卵白*16.4g 脂質*:10.2g 炭水*:81.8g 食塩相:1.9g	I補給:-411kcal 卵白*11.4g 脂質*:3.1g 炭水*:77.3g 食塩相:1.8g	I補給:-420kcal 卵白*12.5g 脂質*:5.5g 炭水*:76.1g 食塩相:1.2g	I補給:-468kcal 卵白*13.7g 脂質*:8.9g 炭水*:82.0g 食塩相:2.0g
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 ポークソテーにカリッス れんこん金平 春雨サラダ	御飯(160g) 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) 大根のコンソメ煮 鶏肉のバジル焼き ジャーマンポテト カリフラワーサラダ
	I補給:-568kcal 卵白*19.1g 脂質*:18.8g 炭水*:73.7g 食塩相:2.7g	I補給:-550kcal 卵白*26.1g 脂質*:16.4g 炭水*:70.6g 食塩相:1.7g	I補給:-607kcal 卵白*19.7g 脂質*:22.2g 炭水*:82.0g 食塩相:3.3g	I補給:-542kcal 卵白*19.0g 脂質*:14.3g 炭水*:79.5g 食塩相:2.5g	I補給:-687kcal 卵白*25.8g 脂質*:28.6g 炭水*:75.5g 食塩相:2.3g	I補給:-517kcal 卵白*21.7g 脂質*:15.4g 炭水*:74.5g 食塩相:1.9g	I補給:-580kcal 卵白*23.2g 脂質*:21.3g 炭水*:69.7g 食塩相:2.7g
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	御飯(160g) 竹輪の磯辺揚げ 白身魚の香味焼 がんもの煮物 南瓜のサラダ	御飯(160g夕) 白菜とちくわの煮物 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
	I補給:-578kcal 卵白*24.2g 脂質*:17.8g 炭水*:74.5g 食塩相:1.6g	I補給:-463kcal 卵白*19.3g 脂質*:11.2g 炭水*:65.4g 食塩相:1.9g	I補給:-498kcal 卵白*24.9g 脂質*:11.4g 炭水*:67.4g 食塩相:1.9g	I補給:-512kcal 卵白*19.6g 脂質*:15.5g 炭水*:65.6g 食塩相:1.6g	I補給:-507kcal 卵白*22.7g 脂質*:11.7g 炭水*:73.0g 食塩相:1.4g	I補給:-601kcal 卵白*17.2g 脂質*:23.1g 炭水*:75.3g 食塩相:2.0g	I補給:-427kcal 卵白*17.8g 脂質*:4.3g 炭水*:72.7g 食塩相:2.4g
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	コーヒークリームサンド	塩まんじゅう
	I補給:-113kcal 卵白*2.2g 脂質*:5.6g 炭水*:13.4g 食塩相:0.1g	I補給:-86kcal 卵白*0.8g 脂質*:5.2g 炭水*:9.1g 食塩相:0.1g	I補給:-70kcal 卵白*1.0g 脂質*:4.3g 炭水*:6.9g 食塩相:0.0g	I補給:-66kcal 卵白*1.3g 脂質*:0.1g 炭水*:14.9g 食塩相:0.0g	I補給:-44kcal 卵白*0.4g 脂質*:0.0g 炭水*:11.8g 食塩相:0.0g	I補給:-128kcal 卵白*1.9g 脂質*:4.7g 炭水*:19.5g 食塩相:0.1g	I補給:-66kcal 卵白*1.2g 脂質*:0.1g 炭水*:15.2g 食塩相:0.2g
日計	I補給:-1668kcal 卵白*55.4g 脂質*:48.3g 炭水*:235.6g 食塩相:5.6g	I補給:-1485kcal 卵白*55.8g 脂質*:35.4g 炭水*:222.2g 食塩相:4.7g	I補給:-1589kcal 卵白*55.3g 脂質*:44.0g 炭水*:232.5g 食塩相:6.6g	I補給:-1628kcal 卵白*56.3g 脂質*:40.1g 炭水*:241.8g 食塩相:6.0g	I補給:-1649kcal 卵白*60.3g 脂質*:43.4g 炭水*:237.6g 食塩相:5.6g	I補給:-1666kcal 卵白*53.3g 脂質*:48.7g 炭水*:245.4g 食塩相:5.3g	I補給:-1541kcal 卵白*55.9g 脂質*:34.6g 炭水*:239.6g 食塩相:7.2g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析②

2026年5月3日(日)～2026年5月9日(土)

	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9日(土)
朝食	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 鶏肉と野菜のトマト煮 マカロニサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 鱈のバター醤油かけ 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	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
	I補† -:388kcal ㊦バ°ク*:10.2g 脂質*:2.8g 炭水*:74.8g 食塩相:1.9g	I補† -:532kcal ㊦バ°ク*:14.7g 脂質*:15.3g 炭水*:81.9g 食塩相:1.7g	I補† -:390kcal ㊦バ°ク*:12.4g 脂質*:4.3g 炭水*:70.3g 食塩相:1.0g	I補† -:467kcal ㊦バ°ク*:12.7g 脂質*:11.8g 炭水*:71.9g 食塩相:1.3g	I補† -:459kcal ㊦バ°ク*:12.3g 脂質*:7.7g 炭水*:79.0g 食塩相:1.3g	I補† -:360kcal ㊦バ°ク*:7.8g 脂質*:1.4g 炭水*:74.3g 食塩相:1.5g	I補† -:468kcal ㊦バ°ク*:13.7g 脂質*:7.8g 炭水*:79.6g 食塩相:1.8g
昼食	御飯(160g) エビ焼売 鯖の塩焼 さつま芋のオレンジ煮 しろ菜の生姜和え	チキンカレー きのこサラダ 福神漬 パイナップル	【こどもの日】 オムライス 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) にらまん 肉団子の酢豚 もやしのナムル ストロベリームース	御飯(160g) 玉子炒め 鯖の金山寺焼き 大根と油揚げの煮物 蒸しなす	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	御飯(160g) エビと野菜のソテー かれいの南部焼 じゃが芋の煮物 キャベツの海苔和え
	I補† -:595kcal ㊦バ°ク*:16.2g 脂質*:19.5g 炭水*:83.1g 食塩相:1.8g	I補† -:499kcal ㊦バ°ク*:16.4g 脂質*:12.0g 炭水*:82.0g 食塩相:2.6g	I補† -:577kcal ㊦バ°ク*:18.4g 脂質*:14.0g 炭水*:95.2g 食塩相:2.7g	I補† -:585kcal ㊦バ°ク*:15.6g 脂質*:13.2g 炭水*:91.2g 食塩相:2.1g	I補† -:490kcal ㊦バ°ク*:23.7g 脂質*:10.8g 炭水*:69.8g 食塩相:1.6g	I補† -:564kcal ㊦バ°ク*:20.4g 脂質*:14.8g 炭水*:81.3g 食塩相:2.3g	I補† -:425kcal ㊦バ°ク*:21.1g 脂質*:3.9g 炭水*:70.6g 食塩相:1.9g
夕食	御飯(160g夕) 菜の花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夕) 豚肉のごまだれ和え カレイの味噌焼 小松菜の和風炒め 胡瓜の酢の物	御飯(160g夕) 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夕) 里芋の味噌チーズ焼 肉味噌豆腐 ひじきの煮物 小松菜のおかか和え	御飯(160g夕) 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
	I補† -:581kcal ㊦バ°ク*:29.7g 脂質*:19.1g 炭水*:67.5g 食塩相:1.8g	I補† -:469kcal ㊦バ°ク*:23.9g 脂質*:10.3g 炭水*:65.8g 食塩相:1.7g	I補† -:550kcal ㊦バ°ク*:22.4g 脂質*:17.8g 炭水*:72.0g 食塩相:1.9g	I補† -:596kcal ㊦バ°ク*:27.3g 脂質*:18.7g 炭水*:71.5g 食塩相:3.1g	I補† -:508kcal ㊦バ°ク*:18.6g 脂質*:11.6g 炭水*:76.4g 食塩相:1.9g	I補† -:638kcal ㊦バ°ク*:25.5g 脂質*:20.1g 炭水*:82.9g 食塩相:1.2g	I補† -:599kcal ㊦バ°ク*:17.2g 脂質*:23.4g 炭水*:71.5g 食塩相:2.0g
おやつ	バターケーキ	ブッセ(チョコ)	季節の和菓子	和のパンケーキ(きなこ&黒糖)	厚切りバウム	あんドーナツ	栗まんじゅう
	I補† -:63kcal ㊦バ°ク*:1.3g 脂質*:2.8g 炭水*:8.3g 食塩相:0.1g	I補† -:89kcal ㊦バ°ク*:1.2g 脂質*:3.2g 炭水*:13.9g 食塩相:0.1g	I補† -:81kcal ㊦バ°ク*:1.4g 脂質*:0.0g 炭水*:19.0g 食塩相:0.0g	I補† -:55kcal ㊦バ°ク*:1.0g 脂質*:1.9g 炭水*:8.7g 食塩相:0.1g	I補† -:87kcal ㊦バ°ク*:1.2g 脂質*:3.7g 炭水*:12.3g 食塩相:0.1g	I補† -:70kcal ㊦バ°ク*:1.1g 脂質*:2.8g 炭水*:10.2g 食塩相:0.1g	I補† -:97kcal ㊦バ°ク*:1.9g 脂質*:0.8g 炭水*:20.7g 食塩相:0.1g
日計	I補† -:1627kcal ㊦バ°ク*:57.4g 脂質*:44.2g 炭水*:233.7g 食塩相:5.6g	I補† -:1589kcal ㊦バ°ク*:56.2g 脂質*:40.8g 炭水*:243.6g 食塩相:6.0g	I補† -:1598kcal ㊦バ°ク*:54.6g 脂質*:36.1g 炭水*:256.5g 食塩相:5.5g	I補† -:1703kcal ㊦バ°ク*:56.6g 脂質*:45.6g 炭水*:243.3g 食塩相:6.5g	I補† -:1544kcal ㊦バ°ク*:55.8g 脂質*:33.8g 炭水*:237.5g 食塩相:4.9g	I補† -:1632kcal ㊦バ°ク*:54.8g 脂質*:39.1g 炭水*:248.7g 食塩相:5.1g	I補† -:1589kcal ㊦バ°ク*:53.9g 脂質*:35.9g 炭水*:242.4g 食塩相:5.7g



週間献立表



ハートフル瀬谷

透析③

2026年5月10日(日)~2026年5月16日(土)

	5月10日(日)	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)	5月16日(土)
朝食	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 野菜炒め スパゲティサラダ ふりかけ ヤクルト	パン又は御飯 スクランブルエッグ 水菜のサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト	御飯又はパン 冬瓜とがんもの煮物 キャベツのごまマヨ和え のり佃煮 ヤクルト	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 はんぺんの煮物 キャベツともやしの胡麻和え たいみそ ヤクルト	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
	I補† -448kcal 卵バ† 13.2g 脂質* :9.9g 炭水* :71.4g 食塩相:1.3g	I補† -518kcal 卵バ† 14.2g 脂質* :15.7g 炭水* :75.4g 食塩相:1.0g	I補† -459kcal 卵バ† 13.2g 脂質* :13.7g 炭水* :69.3g 食塩相:1.7g	I補† -436kcal 卵バ† 9.7g 脂質* :9.5g 炭水* :74.3g 食塩相:1.2g	I補† -439kcal 卵バ† 10.5g 脂質* :7.6g 炭水* :78.6g 食塩相:1.3g	I補† -407kcal 卵バ† 10.1g 脂質* :1.8g 炭水* :83.7g 食塩相:1.4g	I補† -427kcal 卵バ† 14.6g 脂質* :6.1g 炭水* :75.7g 食塩相:2.0g
昼食	御飯(160g) さつま揚げの煮物 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	ゆかり御飯 チンゲン菜の炒め物 赤魚の幽庵焼き 五目煮 かろりのゴマドレ和え	御飯(160g) 柚子香和え ポークリテ-おろしホソ酢のせ れんこんの山椒煮 なすのごま味噌和え	柚子香るかき玉うどん 大根のそぼろ炒め 花野菜サラダ	御飯(160g) パンプキンサラダ 鶏の唐揚げ 豆腐チャンプルー ひじきサラダ	御飯(160g) 豆腐サラダ 鯖の生姜煮 冬瓜の煮物 白菜の磯和え	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
	I補† -529kcal 卵バ† 21.1g 脂質* :12.7g 炭水* :76.6g 食塩相:1.9g	I補† -433kcal 卵バ† 20.3g 脂質* :7.6g 炭水* :71.9g 食塩相:2.0g	I補† -558kcal 卵バ† 21.6g 脂質* :16.9g 炭水* :75.1g 食塩相:1.6g	I補† -491kcal 卵バ† 20.7g 脂質* :12.6g 炭水* :68.7g 食塩相:3.0g	I補† -700kcal 卵バ† 27.3g 脂質* :30.5g 炭水* :74.5g 食塩相:1.8g	I補† -465kcal 卵バ† 21.1g 脂質* :8.7g 炭水* :69.8g 食塩相:2.4g	I補† -640kcal 卵バ† 20.8g 脂質* :24.9g 炭水* :76.5g 食塩相:1.8g
夕食	御飯(160gタ) ビーンズサラダ 鱈の焼き南蛮漬 ビーフソテー 大根のしその実和え	御飯(160gタ) 高野豆腐の煮物 かに玉甘酢あん さつまいも金平 白菜サラダ	御飯(160gタ) もやしとツナの炒め物 カレーの梅焼き じゃがバター炒め 小松菜のわさび和え	御飯(160gタ) 卵豆腐 鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 オクラの塩昆布和え	御飯(160gタ) 青じそ和え 鱈のバジル焼き ほうれん草のバターソテー みかん缶	御飯(160gタ) 大豆の煮物 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タ) うぐいす煮豆 ホキの山椒焼 里芋の味噌煮 大根のゆかり和え
	I補† -486kcal 卵バ† 19.1g 脂質* :6.1g 炭水* :84.0g 食塩相:1.9g	I補† -531kcal 卵バ† 18.8g 脂質* :11.9g 炭水* :83.3g 食塩相:2.1g	I補† -447kcal 卵バ† 20.4g 脂質* :8.4g 炭水* :65.2g 食塩相:2.2g	I補† -519kcal 卵バ† 22.1g 脂質* :16.0g 炭水* :65.7g 食塩相:1.8g	I補† -462kcal 卵バ† 18.5g 脂質* :9.9g 炭水* :68.7g 食塩相:1.9g	I補† -614kcal 卵バ† 23.1g 脂質* :20.0g 炭水* :79.5g 食塩相:1.7g	I補† -480kcal 卵バ† 17.0g 脂質* :4.6g 炭水* :85.7g 食塩相:1.6g
おやつ	たい焼き	ロールケーキ(バニラ)	今川焼(カスタード)	もみじまんじゅう	おせんべい(星たべよ)	手作りおやつ 抹茶甘納豆蒸しパン	コーヒーゼリー
	I補† -98kcal 卵バ† 2.1g 脂質* :1.7g 炭水* :18.6g 食塩相:0.2g	I補† -95kcal 卵バ† 1.3g 脂質* :3.9g 炭水* :13.9g 食塩相:0.1g	I補† -91kcal 卵バ† 1.6g 脂質* :3.2g 炭水* :14.0g 食塩相:0.2g	I補† -107kcal 卵バ† 2.0g 脂質* :2.1g 炭水* :19.9g 食塩相:0.1g	I補† -35kcal 卵バ† 0.2g 脂質* :2.0g 炭水* :4.1g 食塩相:0.1g	I補† -165kcal 卵バ† 2.6g 脂質* :0.9g 炭水* :36.8g 食塩相:0.4g	I補† -50kcal 卵バ† 0.2g 脂質* :0.6g 炭水* :11.0g 食塩相:0.0g
日計	I補† -1561kcal 卵バ† 55.5g 脂質* :30.4g 炭水* :250.6g 食塩相:5.3g	I補† -1577kcal 卵バ† 54.6g 脂質* :39.1g 炭水* :244.5g 食塩相:5.3g	I補† -1555kcal 卵バ† 56.8g 脂質* :42.2g 炭水* :223.6g 食塩相:5.7g	I補† -1553kcal 卵バ† 54.5g 脂質* :40.2g 炭水* :228.6g 食塩相:6.1g	I補† -1636kcal 卵バ† 56.5g 脂質* :50.0g 炭水* :225.9g 食塩相:5.1g	I補† -1651kcal 卵バ† 56.9g 脂質* :31.4g 炭水* :269.8g 食塩相:6.0g	I補† -1597kcal 卵バ† 52.6g 脂質* :36.2g 炭水* :248.9g 食塩相:5.4g

週間献立表



ハートフル瀬谷

透析④

2026年5月17日(日)～2026年5月23日(土)

	5月17日(日)	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)	5月23日(土)
朝食	御飯又はパン 白菜と海老の塩炒め ブロッコリーのドレッシング和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン ミートボール(ホリタリ) 大根のさっぱり和え のり佃煮 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	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 豆腐ふんわり天の煮物 キャベツの梅おかか和え たいみそ 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 ラタトゥイユ たまごサラダ フルーツ(黄桃缶) ヤクルト
	I補† -:381kcal 卵† 7*:10.2g 脂質*:4.7g 炭水*:70.0g 食塩相:1.0g	I補† -:439kcal 卵† 7*:12.0g 脂質*:6.1g 炭水*:79.7g 食塩相:1.6g	I補† -:363kcal 卵† 7*:8.2g 脂質*:2.4g 炭水*:71.4g 食塩相:1.1g	I補† -:472kcal 卵† 7*:14.8g 脂質*:10.0g 炭水*:79.9g 食塩相:2.2g	I補† -:425kcal 卵† 7*:11.8g 脂質*:4.9g 炭水*:79.1g 食塩相:1.5g	I補† -:362kcal 卵† 7*:8.7g 脂質*:1.6g 炭水*:72.2g 食塩相:1.5g	I補† -:511kcal 卵† 7*:13.4g 脂質*:16.6g 炭水*:74.4g 食塩相:2.0g
昼食	御飯 なめこおろし 鶏肉の冷部煮 しろ菜の炒め物 キャベツと竹輪の辛子和え	【郷土料理：北海道】 豚丼 カニ風味サラダ じゃがバター メロンゼリー	御飯(160g) 中華サラダ カレイの竜田揚げ 大根と油揚げの炒め煮 冷奴	御飯(160g) うの花 メンチ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) うずら豆 鯖の中華蒸し にらの卵とじ レタスの酢味噌和え	ポークカレー ツナサラダ 福神漬 バナナヨーグルト	御飯 菜の花のポン酢和え 鱈の粒マスタード焼き れんこんのピリ辛煮 青りんごゼリー
	I補† -:549kcal 卵† 7*:23.5g 脂質*:13.9g 炭水*:77.6g 食塩相:2.4g	I補† -:640kcal 卵† 7*:17.3g 脂質*:24.2g 炭水*:87.0g 食塩相:2.1g	I補† -:517kcal 卵† 7*:24.8g 脂質*:14.5g 炭水*:67.1g 食塩相:1.9g	I補† -:619kcal 卵† 7*:14.9g 脂質*:20.2g 炭水*:93.8g 食塩相:2.4g	I補† -:641kcal 卵† 7*:23.3g 脂質*:19.4g 炭水*:88.8g 食塩相:1.8g	I補† -:633kcal 卵† 7*:20.7g 脂質*:21.3g 炭水*:84.5g 食塩相:2.4g	I補† -:505kcal 卵† 7*:17.8g 脂質*:10.7g 炭水*:79.8g 食塩相:1.0g
夕食	御飯(160g夕) はんぺん煮 千草焼 五目ひじき煮 もやしのごま酢和え	御飯(160g夕) 卵とじ 豆腐ステーキ いんげんのそぼろ炒め 青梗菜のゆず風味和え	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) マッシュ南瓜 鯖の味噌マヨ焼き 菜の花と桜エビの炒め物 切干大根の和風サラダ	御飯(160g夕) 卵豆腐 豚肉のしぐれ煮 さつま芋の甘煮 枝豆サラダ	御飯(160g夕) 炒り卵 鶏肉のさっぱり酢煮 筍の山椒炒め 白菜の浅漬	御飯(160g夕) 大根サラダ 肉野菜炒め 厚揚げの煮物 南瓜のフレンチサラダ
	I補† -:540kcal 卵† 7*:22.8g 脂質*:11.7g 炭水*:79.3g 食塩相:2.6g	I補† -:569kcal 卵† 7*:25.1g 脂質*:18.0g 炭水*:70.0g 食塩相:2.1g	I補† -:574kcal 卵† 7*:22.3g 脂質*:17.0g 炭水*:75.0g 食塩相:2.0g	I補† -:585kcal 卵† 7*:22.5g 脂質*:19.1g 炭水*:73.9g 食塩相:1.6g	I補† -:551kcal 卵† 7*:18.4g 脂質*:13.1g 炭水*:85.5g 食塩相:1.6g	I補† -:520kcal 卵† 7*:20.8g 脂質*:15.3g 炭水*:69.5g 食塩相:1.9g	I補† -:569kcal 卵† 7*:19.6g 脂質*:20.1g 炭水*:72.7g 食塩相:1.7g
おやつ	水ようかん	クリームブッセ	ぶどうムース	きなこ饅頭	おせんべい(ぼたぼた焼)	どら焼き	抹茶のパンケーキ
	I補† -:44kcal 卵† 7*:0.4g 脂質*:0.0g 炭水*:11.8g 食塩相:0.0g	I補† -:82kcal 卵† 7*:1.1g 脂質*:2.2g 炭水*:14.5g 食塩相:0.1g	I補† -:67kcal 卵† 7*:1.2g 脂質*:1.2g 炭水*:13.6g 食塩相:0.2g	I補† -:66kcal 卵† 7*:1.5g 脂質*:0.3g 炭水*:14.2g 食塩相:0.0g	I補† -:51kcal 卵† 7*:0.5g 脂質*:1.4g 炭水*:9.0g 食塩相:0.2g	I補† -:146kcal 卵† 7*:3.0g 脂質*:1.4g 炭水*:31.9g 食塩相:0.2g	I補† -:56kcal 卵† 7*:1.0g 脂質*:2.1g 炭水*:8.2g 食塩相:0.1g
日計	I補† -:1514kcal 卵† 7*:56.9g 脂質*:30.3g 炭水*:238.7g 食塩相:6.1g	I補† -:1730kcal 卵† 7*:55.5g 脂質*:50.5g 炭水*:251.2g 食塩相:6.0g	I補† -:1521kcal 卵† 7*:56.5g 脂質*:35.1g 炭水*:227.1g 食塩相:5.3g	I補† -:1742kcal 卵† 7*:53.7g 脂質*:49.6g 炭水*:261.8g 食塩相:6.2g	I補† -:1668kcal 卵† 7*:54.0g 脂質*:38.8g 炭水*:262.4g 食塩相:5.1g	I補† -:1661kcal 卵† 7*:53.2g 脂質*:39.6g 炭水*:258.1g 食塩相:6.0g	I補† -:1641kcal 卵† 7*:51.8g 脂質*:49.5g 炭水*:235.1g 食塩相:4.7g

週間献立表

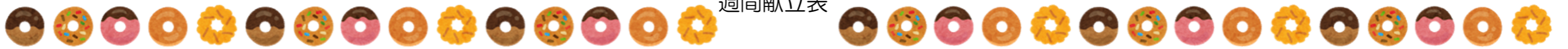


ハートフル瀬谷

透析⑤

2026年5月24日(日)～2026年5月30日(土)

	5月24日(日)	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)
朝食	御飯又はパン かにかま玉子巻 ほうれん草の信田和え たいみそ ヤクルト	御飯又はパン 大根とツナの煮物 小松菜のナムル のり佃煮 ヤクルト	パン又は御飯 鶏肉のクリーム煮 白菜とコーンのサラダ フルーツ(カクテル缶) ヤクルト	御飯又はパン 鯆の幽庵焼 春菊の土佐和え ふりかけ ヤクルト	御飯又はパン 里芋のそばろ煮 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 炒り豆腐 大根の梅マヨ和え 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 みかん缶 ヤクルト
	I補† -:433kcal ㊦バ°ク*:11.9g 脂質*:4.8g 炭水*:79.5g 食塩相:1.6g	I補† -:413kcal ㊦バ°ク*:10.1g 脂質*:6.0g 炭水*:75.6g 食塩相:1.3g	I補† -:482kcal ㊦バ°ク*:15.4g 脂質*:7.2g 炭水*:86.4g 食塩相:2.6g	I補† -:406kcal ㊦バ°ク*:15.3g 脂質*:4.5g 炭水*:70.8g 食塩相:1.4g	I補† -:414kcal ㊦バ°ク*:11.6g 脂質*:4.2g 炭水*:75.9g 食塩相:1.2g	I補† -:472kcal ㊦バ°ク*:13.4g 脂質*:13.8g 炭水*:74.7g 食塩相:1.5g	I補† -:546kcal ㊦バ°ク*:15.7g 脂質*:13.2g 炭水*:87.0g 食塩相:1.9g
昼食	御飯(160g) 冷奴 鯆の幽庵焼 大豆とひじきの煮物 キャベツのポン酢和え	御飯(160g) 野菜と豚肉のソテー 鱈のトマトソース マカロニカレーソテー ブロッコリーのドレッシング和え	御飯 なめこおろし 親子卵とじ なすの炒め物 オクラの胡麻和え	【誕生日セレクト】 A口コモコ B天津丼 南瓜のポタージュ 大根サラダ バニラババロア	御飯(160g) 竹輪の磯辺揚げ 豚肉の韓国風炒め 白菜の和風ソテー ポテトサラダ	鶏塩ラーメン 竹輪と小松菜の辛子和え キウイフルーツ	御飯(160g) 春菊とツナの和えもの ほっけの大葉味噌焼き 南瓜の含め煮 カラフルサラダ
	I補† -:457kcal ㊦バ°ク*:22.0g 脂質*:8.5g 炭水*:66.7g 食塩相:1.9g	I補† -:552kcal ㊦バ°ク*:21.6g 脂質*:15.8g 炭水*:75.2g 食塩相:1.7g	I補† -:499kcal ㊦バ°ク*:16.7g 脂質*:14.1g 炭水*:70.2g 食塩相:2.2g	I補† -:591kcal ㊦バ°ク*:18.3g 脂質*:17.4g 炭水*:92.3g 食塩相:2.4g	I補† -:632kcal ㊦バ°ク*:19.7g 脂質*:25.9g 炭水*:81.7g 食塩相:1.8g	I補† -:477kcal ㊦バ°ク*:20.9g 脂質*:10.8g 炭水*:67.9g 食塩相:4.6g	I補† -:436kcal ㊦バ°ク*:17.3g 脂質*:6.4g 炭水*:77.3g 食塩相:1.6g
夕食	御飯(160g夕) ヨーグルト和え 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) 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) うぐいす煮豆 赤魚の揚げ浸し 高野豆腐の含め煮 ほうれん草のくるみ和え	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	御飯(160g夕) 高野豆腐の含め煮 カレイのバター醤油焼き ごぼうの甘辛炒め もやしの和え物	菜飯 南瓜サラダ 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夕) 里芋のそばろ煮 豚肉のガーリック炒め ブロッコリーの和風あんかけ 大根サラダ
	I補† -:537kcal ㊦バ°ク*:20.7g 脂質*:14.1g 炭水*:76.5g 食塩相:2.0g	I補† -:576kcal ㊦バ°ク*:23.4g 脂質*:18.2g 炭水*:73.9g 食塩相:2.3g	I補† -:562kcal ㊦バ°ク*:20.3g 脂質*:12.5g 炭水*:87.1g 食塩相:1.3g	I補† -:543kcal ㊦バ°ク*:18.3g 脂質*:15.8g 炭水*:76.8g 食塩相:2.9g	I補† -:470kcal ㊦バ°ク*:22.3g 脂質*:9.2g 炭水*:69.2g 食塩相:1.9g	I補† -:430kcal ㊦バ°ク*:17.9g 脂質*:7.2g 炭水*:73.5g 食塩相:2.3g	I補† -:516kcal ㊦バ°ク*:20.1g 脂質*:14.6g 炭水*:69.1g 食塩相:2.4g
おやつ	チョコババロア	カステラ	チョコバウム	お誕生日ケーキ	人形焼	いちごクレープ	レモンケーキ
	I補† -:68kcal ㊦バ°ク*:2.0g 脂質*:2.6g 炭水*:9.3g 食塩相:0.1g	I補† -:83kcal ㊦バ°ク*:1.7g 脂質*:1.0g 炭水*:16.7g 食塩相:0.0g	I補† -:81kcal ㊦バ°ク*:1.4g 脂質*:3.5g 炭水*:10.9g 食塩相:0.1g	I補† -:70kcal ㊦バ°ク*:1.0g 脂質*:4.3g 炭水*:6.9g 食塩相:0.0g	I補† -:75kcal ㊦バ°ク*:1.5g 脂質*:1.3g 炭水*:14.3g 食塩相:0.0g	I補† -:84kcal ㊦バ°ク*:0.8g 脂質*:5.2g 炭水*:8.4g 食塩相:0.1g	I補† -:58kcal ㊦バ°ク*:1.2g 脂質*:2.5g 炭水*:7.6g 食塩相:0.1g
日計	I補† -:1495kcal ㊦バ°ク*:56.6g 脂質*:30.0g 炭水*:232.0g 食塩相:5.6g	I補† -:1624kcal ㊦バ°ク*:56.8g 脂質*:41.0g 炭水*:241.4g 食塩相:5.4g	I補† -:1624kcal ㊦バ°ク*:53.8g 脂質*:37.3g 炭水*:254.6g 食塩相:6.2g	I補† -:1610kcal ㊦バ°ク*:52.9g 脂質*:42.0g 炭水*:246.8g 食塩相:6.7g	I補† -:1591kcal ㊦バ°ク*:55.1g 脂質*:40.6g 炭水*:241.1g 食塩相:5.0g	I補† -:1463kcal ㊦バ°ク*:53.0g 脂質*:37.0g 炭水*:224.5g 食塩相:8.5g	I補† -:1556kcal ㊦バ°ク*:54.3g 脂質*:36.7g 炭水*:241.0g 食塩相:6.0g



週間献立表

ハートフル瀬谷

透析⑥

2026年5月31日(日)

5月31日(日)						
朝食	パン又は御飯 キャベツと海老の塩炒め 三色サラダ フルーツ (パイナップル) ヤクルト					
I補正 - :422kcal  タンパク質* :11.0g 脂質* :10.3g  炭水化合物* :69.3g 食塩相当量 :1.3g						
昼食	御飯 (160g) 大根浅漬 鯖の味噌マヨ焼き じゃがいもの炒め煮 ほうれん草のピラフ和え					
I補正 - :545kcal  タンパク質* :18.3g 脂質* :18.7g  炭水化合物* :74.0g 食塩相当量 :2.1g						
夕食	御飯 (160g 夕) お麩の卵とじ 豚肉の生姜焼 小松菜の塩バター炒め ごぼうサラダ					
I補正 - :585kcal  タンパク質* :22.3g 脂質* :21.4g  炭水化合物* :75.0g 食塩相当量 :1.7g						
おやつ	紅茶ケーキ					
I補正 - :62kcal  タンパク質* :1.5g 脂質* :1.5g  炭水化合物* :10.6g 食塩相当量 :0.0g						
日計	I補正 - :1614kcal  タンパク質* :53.1g 脂質* :51.9g  炭水化合物* :228.9g 食塩相当量 :5.1g					