

「ムース食」 週間献立表

		5月1日(月)			5月2日(火)			5月3日(水)			5月4日(木)			5月5日(金)			
朝	食	★全粥240g 五目豆腐煮 大根なます ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g ブロッコリーと鶏肉の煮物 大根と椎茸の煮物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g きのこの玉子とじ 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏団子の中華風 ひじきと大豆の煮物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 豚すき 若芽とパインの酢の物 ★味噌汁(とろみ)			
		乳麦 麦 麦			乳麦 麦 麦			卵乳麦 乳麦 麦			卵乳麦か 乳麦 麦			乳麦 麦 麦			
		栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
		エネルギー	エネルギー	95kcal	269kcal	エネルギー	107kcal	281kcal	エネルギー	71kcal	245kcal	エネルギー	99kcal	273kcal	エネルギー	91kcal	265kcal
		蛋白質	蛋白質	2.3g	6.1g	蛋白質	5.2g	9.0g	蛋白質	3.2g	7.0g	蛋白質	4.1g	7.9g	蛋白質	2.2g	6.0g
		脂質	脂質	4.0g	4.7g	脂質	4.2g	4.9g	脂質	2.8g	3.5g	脂質	4.0g	4.7g	脂質	3.1g	3.8g
		炭水化物	炭水化物	12.5g	50.9g	炭水化物	11.7g	50.1g	炭水化物	9.4g	47.8g	炭水化物	11.6g	50.0g	炭水化物	13.8g	52.2g
ナトリウム	ナトリウム	523mg	1046mg	ナトリウム	553mg	1076mg	ナトリウム	521mg	1044mg	ナトリウム	528mg	1051mg	ナトリウム	519mg	1042mg		
塩分	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	1.4g	2.7g	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	1.3g	2.7g		
昼	食	★全粥240g クリームコロッケ 鶏肉のすき焼き煮 えんどう豆とベーコン炒め ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 赤魚の生姜煮 野菜の味噌風味 ふきの煮物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏の西京焼き 五色煮 大根と竹輪の酢の物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鮭のおろし煮 ブロッコリーの煮物 マリーネサラダ ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g スパイシーチキン 黒豆煮 法蓮草とハムのマリーネ ★味噌汁(とろみ)			
		卵乳麦か 麦 卵乳麦 麦			乳麦 乳麦 乳麦 麦			乳麦 乳麦 乳麦 麦			麦 乳麦 卵乳麦 麦			乳麦 乳麦 卵乳麦 麦			
		栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
		エネルギー	エネルギー	181kcal	355kcal	エネルギー	142kcal	316kcal	エネルギー	161kcal	335kcal	エネルギー	210kcal	384kcal	エネルギー	209kcal	383kcal
		蛋白質	蛋白質	6.4g	10.2g	蛋白質	7.4g	11.2g	蛋白質	5.0g	8.8g	蛋白質	8.6g	12.4g	蛋白質	8.3g	12.1g
		脂質	脂質	9.4g	10.1g	脂質	4.8g	5.5g	脂質	7.2g	7.9g	脂質	11.4g	12.1g	脂質	11.3g	12.0g
		炭水化物	炭水化物	17.7g	56.1g	炭水化物	18.1g	56.5g	炭水化物	18.1g	56.5g	炭水化物	18.7g	57.1g	炭水化物	18.4g	56.8g
ナトリウム	ナトリウム	774mg	1297mg	ナトリウム	833mg	1356mg	ナトリウム	748mg	1271mg	ナトリウム	810mg	1333mg	ナトリウム	779mg	1302mg		
塩分	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.0g	3.3g		
夕	食	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 法蓮草と油揚げの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 白身の照焼き 大根とベーコンの煮物 切昆布と竹の子の煮物 ★味噌汁(とろみ)			
		乳麦 乳麦 乳麦 麦			乳麦 卵麦か 乳麦 麦			乳麦 麦 卵乳麦か 麦			乳麦 乳麦 卵乳麦 麦			乳麦 卵乳麦 乳麦 麦			
		栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
		エネルギー	エネルギー	191kcal	365kcal	エネルギー	133kcal	307kcal	エネルギー	235kcal	409kcal	エネルギー	175kcal	349kcal	エネルギー	140kcal	314kcal
		蛋白質	蛋白質	11.2g	15.0g	蛋白質	5.1g	8.9g	蛋白質	5.5g	9.3g	蛋白質	4.7g	8.5g	蛋白質	6.5g	10.3g
		脂質	脂質	7.8g	8.5g	脂質	6.0g	6.7g	脂質	15.4g	16.1g	脂質	9.9g	10.6g	脂質	5.7g	6.4g
		炭水化物	炭水化物	19.7g	58.1g	炭水化物	14.8g	53.2g	炭水化物	17.9g	56.3g	炭水化物	17.2g	55.6g	炭水化物	16.7g	55.1g
ナトリウム	ナトリウム	891mg	1414mg	ナトリウム	692mg	1215mg	ナトリウム	820mg	1343mg	ナトリウム	892mg	1415mg	ナトリウム	803mg	1326mg		
塩分	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	1.8g	3.1g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	2.0g	3.4g		
合 計	食	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
		エネルギー	エネルギー	467kcal	989kcal	エネルギー	382kcal	904kcal	エネルギー	467kcal	989kcal	エネルギー	484kcal	1006kcal	エネルギー	440kcal	962kcal
		蛋白質	蛋白質	19.9g	31.3g	蛋白質	17.7g	29.1g	蛋白質	13.7g	25.1g	蛋白質	17.4g	28.8g	蛋白質	17.0g	28.4g
		脂質	脂質	21.2g	23.3g	脂質	15.0g	17.1g	脂質	25.4g	27.5g	脂質	25.3g	27.4g	脂質	20.1g	22.2g
		炭水化物	炭水化物	49.9g	165.1g	炭水化物	44.6g	159.8g	炭水化物	45.4g	160.6g	炭水化物	47.5g	162.7g	炭水化物	48.9g	164.1g
		ナトリウム	ナトリウム	2188mg	3757mg	ナトリウム	2078mg	3647mg	ナトリウム	2089mg	3658mg	ナトリウム	2230mg	3799mg	ナトリウム	2101mg	3670mg
		塩分	食塩相当量	5.6g	9.6g	食塩相当量	5.3g	9.2g	食塩相当量	5.3g	9.3g	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	5.3g	9.4g