

週 間 予 定 献 立 表 (基本食1)

(別紙 6-1)

	サイクル1	サイクル2	サイクル3	サイクル4	サイクル5	サイクル6	サイクル7
朝 食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁(じゃがいも) ○煮物(がんもどき) ○炒め ○牛乳 ○ふりかけ(のりかつお) 	<ul style="list-style-type: none"> ○キャロット食パン2枚 ○りんごジャム ○□ ○いり卵 ○サラダ(キャベツ) ○パッカマヨネーズ ○牛乳 ○スライスチーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○ゆし豆腐 ○□ ○炒め ○牛乳 ○梅ひしお 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁(うす揚・特) ○炒め(車麴) ○ごま和え(大豆) ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁 ○焼き魚(鮭) ○金平ごぼう(糸こんに) ○□ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○胚芽食パン2枚 ○苺ジャム ○ミネストローネ ○焼きham ○サラダ ○パッカドレッシング ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁(えのき) ○いり卵 ○炒め ○牛乳
昼 食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○清汁(椎茸) ○八宝菜(豚肉・卵) ○和え物 ○フルーツ盛合せ 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁 ○魚の香味焼き ○大芋芋 ○ごま和え ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○焼き肉(豚) ○煮物(ツナ・代) ○お浸し ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦ご飯(200g) ○豆腐入すりみ揚げ(ツ) ○炒め ○酢の物(もずく) ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○スープ(白菜) ○酢豚 ○お浸し ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○揚げ魚のおろし煮 ○含め煮(じゃが芋) ○和え物 ○フルーツ盛合せ 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○□ ○カレー(鶏肉) ○サラダ(大根) ○パッカドレッシング ○果物
夕 食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○鶏肉のカレー風味焼き ○ソテー(ブロッコリー) ○和え物(オクラ) ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○清汁 ○牛肉とピーマンの炒め ○□ ○和え物 ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○魚フライ ○炒め ○サラダ(レタス) ○パッカドレッシング ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○炊き合わせ(鶏) ○炒め(ブロッコリー) ○マッシュ(ジャガイ) ○果物(りんご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁 ○和風豆腐ハンバーグ ○サラダ(レタス) ○パッカドレッシング ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○清汁(卵) ○焼き肉(牛) ○炒め ○果物(りんご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○照り焼き(白身魚) ○炒め ○サラダ ○パッカドレッシング ○金時豆甘煮

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (基本食1)

(別紙 6-2)

	サイクル 8	サイクル 9	サイクル 10	サイクル 11	サイクル 12	サイクル 13	サイクル 14
朝 食	○米飯(200g) ○みそ汁 ○炒め(豆腐) ○牛乳 ○のり佃煮	○ホット・ウインナー2本 ○りんごジャム ○ウインナー ○サラダ ○バック・ドレッシング ○牛乳 ○チーズ(プロセス)	○米飯(200g) ○みそ汁 ○照り焼き(さば) ○和え物 ○牛乳	○米飯(200g) ○みそ汁 ○いり卵 ○炒め(切干大根) ○牛乳	○米飯(200g) ○みそ汁(わかめ) ○炒め(キャベツ) ○たいみそ ○牛乳	○生クリーム食パン ○苺ジャム ○焼きハム ○サラダ(レタス) ○バック・ドレッシング ○牛乳 ○スライスチーズ	○米飯(200g) ○みそ汁 ○照り焼き(ブリ) ○炒め ○牛乳
昼 食	○米飯(200g) ○みりん漬け焼き(魚) ○付け合わせ ○金平ごぼう(糸こんに) ○和え物 ○ヨーグルト和え	○米飯(200g) ○清汁(昆布・こんにゃく) ○鶏肉の塩麹梅焼き ○ソテー ○果物	○スパゲティミートソー ○スープ(コン) ○サラダ(キャベツ) ○バック・ドレッシング ○果物	○米飯(200g) ○みそ汁 ○唐揚げ(白身魚) ○炒め(茄子・豚肉) ○浅漬け(白菜) ○フルーツ盛合せ	○米飯(200g) ○みそ汁 ○照り焼き(鶏肉) ○炊き合わせ ○和え物 ○果物	○あわご飯(200g) ○清汁(絹ごし豆腐) ○味噌煮(鯖) ○煮物(南瓜) ○和え物 ○果物	○米飯(200g) ○天ぷら(ささみ) ○炒め ○酢の物 ○フルーツ盛合せ
夕 食	○黒米ご飯(200g) ○清汁(とろろ昆布) ○とんかつ ○スニャーイリチー ○サラダ(キャベツ) ○バック・ドレッシング ○果物	○米飯(200g) ○みそ汁 ○マグロフライ ○みそ煮(ナス) ○酢の物 ○果物(りんご)	○米飯(200g) ○豆腐ハンバーグ ○炒め ○南瓜と豆のサラダ ○果物	○米飯(200g) ○牛ヒレ肉のソテー ○炒め ○マッシュ(ポテト) ○サラダ(ブロッコリー) ○果物	○米飯(200g) ○魚の磯辺焼き ○そうめんチャンプルー ○サラダ ○バック・ドレッシング ○果物	○米飯(200g) ○スープ(白菜) ○ミートボール(豚肉) ○ソテー(ブロッコリー) ○サラダ(キャベツ) ○バック・ドレッシング ○果物	○米飯(200g) ○清汁(大根) ○ギャップ・メソッド(白身魚) ○昆布イリチー ○お浸し(白菜・大葉) ○果物

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (基本食1)

(別紙 6-3)

	サイクル15	サイクル16	サイクル17	サイクル18	サイクル19	サイクル20	サイクル21
朝 食	<ul style="list-style-type: none"> ○キャラット食パン2枚 ○梅ジャム ○ポークビーンズ ○サラダ(キャベツ) ○パッパドレッシング ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁 ○焼き魚(鮭) ○金平ごぼう(糸こん) ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁 ○炒め(車麩) ○たいみそ ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁 ○煮物(がんもどき) ○ごま和え(大豆) ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○ホットミルクパン2本 ○梅ジャム ○スクランブルエッグ ○サラダ ○パッパドレッシング ○牛乳 ○チーズ(プロセス) 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○ゆし豆腐 ○炒め ○ふりかけ(のりたまご) ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁(わか玉葱) ○オムレツ ○炒め(白菜・ハム) ○牛乳
昼 食	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○甘酢あんかけ(魚) ○炒め ○サラダ ○パッパドレッシング ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○炊きこみ御飯(ひじき) ○みそ汁(じゃがいも) ○天ぷら(豚肉・茄子) ○和え物 ○果物(桃缶) 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○サバ照り焼き ○みそ煮(ナス) ○酢の物 ○ヨーグルト和え 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○沖縄そば汁 ○煮付け ○お浸し(小松菜) ○固形ヨーグルト ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○みそ汁 ○照り焼き(鮭) ○炒め(切干大根) ○お浸し ○果物(桃缶) 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○焼き肉(牛ロース) ○ソテー ○和え物 ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○清汁(マツタケ) ○豚肉の塩レモン炒め ○お浸し(きゃべつ) ○果物
夕 食	<ul style="list-style-type: none"> ○麦ご飯(200g) ○みそ汁(うす揚げ・わ) ○てり焼き(チキン) ○ソー(フロッグ) ○お浸し ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○マーボー豆腐(豚肉入) ○ナムル ○紅芋マフィン ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○玄米ポタージュ ○パバーグ煮込み(牛豚) ○マッシュ(ポテト) ○サラダ ○パッパドレッシング ○果物(りんご) 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○清汁(とろろ昆布) ○白身魚の味噌漬け焼き ○炒め(からしな) ○酢の物 ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○大豆入りコロック ○みそ煮(チキン) ○サラダ(キャベツ) ○パッパドレッシング ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○あずきご飯 ○みそ汁 ○ムニエル(赤魚) ○炒め ○ピーナツ豆腐(外付) ○果物 	<ul style="list-style-type: none"> ○米飯(200g) ○清汁(花麩) ○みりん漬け焼き(魚) ○金平ごぼう(糸こん) ○サラダ(南瓜) ○果物

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。