伊丹ケアハートガーデン　週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7
朝食	パン食	食ﾊﾟﾝ(6枚切り) ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ハンバーグ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ 野菜とエビのコンソメ煮 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	クリームエスカルゴ ポトフ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	黒糖食パン ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ﾍﾞｰｺﾝとうまい菜のｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	山形パン ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ｵﾑﾚﾂ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ストロベリーツイスト ﾁｰｽﾞ入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	レーズンパン いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ミートボール ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 472kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 473kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 413kcal 食塩 1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 509kcal 食塩 1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 439kcal 食塩 1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 450kcal 食塩 1.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 521kcal 食塩 2g
	ご飯食	ごはん ハンバーグ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 豆腐の含め煮 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	あおさ雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ﾍﾞｰｺﾝとうまい菜のｿﾃｰ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 竹輪の煮物 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ﾁｰｽﾞ入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 507kcal 食塩 2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 457kcal 食塩 1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 363kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 526kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 479kcal 食塩 2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 510kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 381kcal 食塩 2.3g
昼食		ごはん 魚のﾆﾝﾆｸ醤油かけ 肉団子と玉葱の煮物 ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ 春雨ｽｰﾌﾟ	ごはん 五目卵焼 じゃが芋金平 白菜のお浸し 味噌汁	ごはん 揚げ鶏の南蛮漬 ﾚﾝｺﾝの煮物 なめ茸おろし すまし汁	ごはん 蒸魚のあんかけ(ﾀﾗ) 青梗菜と生揚の炒め物 南瓜のｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ごはん 豚肉とｴﾘﾝｷﾞのｿﾃｰ さつま芋のｸﾞﾗｯｾ ｶﾘﾌﾗﾜｰと蒸し鶏のｻﾗﾀﾞ 豆乳ｽｰﾌﾟ	ごはん 松風焼 ｵｸﾗのﾎﾟﾝ酢和え 白菜とﾊﾑのｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ みぞれ汁	ごはん 酢鶏 冬瓜の煮物 ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 中華ｽｰﾌﾟ
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 506kcal 食塩 3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 504kcal 食塩 3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 543kcal 食塩 2.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 459kcal 食塩 2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 590kcal 食塩 2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 476kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 561kcal 食塩 3g
夕食		ごはん 里芋と高野豆腐の煮物 大根のふろふき 小松菜の柚子浸し すまし汁	ごはん 魚のｵｰﾛﾗｿｰｽ焼き ｶﾘﾌﾗﾜｰのｽｰﾌﾟ煮 ｲﾝｹﾞﾝのｻﾗﾀﾞ ｺｰﾝﾎﾟﾀｰｼﾞｭ	ごはん さわらの韓国風照焼 茄子の炒め煮 ﾎｳﾚﾝ草のﾅﾑﾙ 味噌汁	ごはん 卵とｴﾋﾞのｵｲｽﾀｰｿｰｽ炒め ｼｭｰﾏｲ 春菊の海苔和え 中華ｽｰﾌﾟ	ごはん 鯵の煮付け 豆腐のかに風味あんかけ 人参とﾓﾔｼのﾂﾅｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ごはん 海老団子とﾚﾝｺﾝの煮物 小松菜とﾍﾞｰｺﾝの炒め物 ﾄﾏﾄとﾜｶﾒのｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ごはん さばの塩焼 ｷｬﾍﾞﾂのﾋﾟｰﾅｯﾂ和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｺｰﾝのｻﾗﾀﾞ 味噌汁
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 459kcal 食塩 2.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 571kcal 食塩 2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 604kcal 食塩 2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 492kcal 食塩 3.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 460kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 477kcal 食塩 3.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 509kcal 食塩 2.2g
3時		しっとりまんじゅう	チョコババロア	人形焼き	ドームケーキ(カスタード)	ピーチゼリー	しっとりどら焼き(抹茶)	バームクーヘン
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 69kcal 食塩 0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 129kcal 食塩 0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 77kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 114kcal 食塩 0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 79kcal 食塩 0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 113kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 99kcal 食塩 0.1g
パン食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1506kcal 食塩 7.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1677kcal 食塩 7.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1637kcal 食塩 6.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1574kcal 食塩 7.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1517kcal 食塩 6.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1516kcal 食塩 7.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1690kcal 食塩 7.3g
ご飯食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1541kcal 食塩 7.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1661kcal 食塩 7.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1587kcal 食塩 7.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1591kcal 食塩 7.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1608kcal 食塩 6.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1576kcal 食塩 8.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1550kcal 食塩 7.6g

⇒朝食メニュー　パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

＊都合により、献立を変更することがございます。

伊丹ケアハートガーデン　週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
		8	9	10	11	12	13	14
朝食	パン食	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ﾁﾝｹﾞﾝ菜とﾂﾅの炒め物 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	抹茶ツイスト ｵﾑﾚﾂ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	黒糖食パン ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ 野菜とウインナーの洋風煮 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	山形パン いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ﾎﾞｲﾙｳｲﾝﾅｰ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ショコラツイスト ほうれん草とﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	レーズンパン ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ 野菜入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	食ﾊﾟﾝ(6枚切り) ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ 野菜とエビのコンソメ煮 ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 487kcal 食塩 1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 415kcal 食塩 1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 510kcal 食塩 2.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 557kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 446kcal 食塩 1.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 516kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 430kcal 食塩 1.9g
	ご飯食	ごはん ﾁﾝｹﾞﾝ菜とﾂﾅの炒め物 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 厚焼卵 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	きのこ雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ﾎﾞｲﾙｳｲﾝﾅｰ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 鮭の塩焼き 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 野菜入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	カニ雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 491kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 485kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 396kcal 食塩 2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 583kcal 食塩 2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 473kcal 食塩 1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 493kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 387kcal 食塩 2.6g
昼食		ごはん 豚肉と生揚の味噌炒め 三色ﾅﾑﾙ 茄子のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞかけ きのこ汁	ごはん 鱈の磯部揚 ﾌｷと里芋の煮物 豆ｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ごはん ｲﾀﾘｱﾝｵﾑﾚﾂ ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙのｺﾝｿﾒ煮 もやしのゆずｻﾗﾀﾞ ｽｰﾌﾟ	ごはん 鶏肉の中華風照焼 ｵｸﾗのおかか和え 小松菜のﾋﾟｰﾅｯﾂ和え すまし汁	ごはん 和風あんかけﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾋﾞｰﾌﾝ炒め 人参とﾂﾅのﾌﾚﾝﾁｻﾗﾀﾞ すまし汁	ごはん 魚のﾄﾏﾄｿｰｽ ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾁｰｽﾞｻﾗﾀﾞ ｲﾝｹﾞﾝのﾋﾟｰﾅｯﾂ和え ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ	ごはん 豚肉と野菜のｶﾚｰｿﾃｰ 切干大根の煮物 小松菜の和え物 味噌汁
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 519kcal 食塩 2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 537kcal 食塩 1.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514kcal 食塩 2.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 464kcal 食塩 2.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 535kcal 食塩 2.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 523kcal 食塩 2.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 496kcal 食塩 2.4g
夕食		ごはん 焼魚のﾎﾟﾝ酢かけ 肉団子・ｻﾂﾏ芋の甘辛煮 ﾎｳﾚﾝ草の昆布和え 味噌汁	ごはん 豆腐の肉味噌かけ ﾚﾝｺﾝのﾍﾞｰｺﾝ炒め ｲﾝｹﾞﾝのｺﾞﾏ和え すまし汁	ごはん 豚肉と茄子の味噌煮 きんぴらごぼう 白菜のお浸し すまし汁	ごはん 鰆のﾚﾓﾝ蒸し 大根とﾂﾅの炒め煮 ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の中華炒め なすの味噌煮 中華冷奴 中華ｽｰﾌﾟ	ごはん 鶏肉の塩麹焼 大根の煮物 ﾎｳﾚﾝ草とｼﾒｼﾞの和え物 味噌汁	ごはん 魚の沢煮 さつま芋の蜂蜜ﾊﾞﾀｰ風味 ｼｪﾙﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ すまし汁
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 459kcal 食塩 3.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 547kcal 食塩 2.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 567kcal 食塩 2.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 491kcal 食塩 2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 582kcal 食塩 2.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 426kcal 食塩 2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 519kcal 食塩 2.1g
3時		フルーチェ(いちご)	しっとりまんじゅう(黒糖)	青りんごゼリー	カステラ	ドームケーキ(チョコ)	レモンケーキ	ヨーグルトパパロア
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 28kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 72kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 91kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 111kcal 食塩 0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 112kcal 食塩 0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 54kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 128kcal 食塩 0.2g
パン食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1493kcal 食塩 7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1571kcal 食塩 5.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1682kcal 食塩 7.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1623kcal 食塩 7.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1675kcal 食塩 7.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1519kcal 食塩 7.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1573kcal 食塩 6.6g
ご飯食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1497kcal 食塩 7.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1641kcal 食塩 6.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1568kcal 食塩 7.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1649kcal 食塩 7.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1702kcal 食塩 7.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1496kcal 食塩 6.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1530kcal 食塩 7.3g

⇒朝食メニュー　パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

＊都合により、献立を変更することがございます。

伊丹ケアハートガーデン　週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
		15	16	17	18	19	20	21
朝食	パン食	クリームエスカルゴ ｵﾑﾚﾂ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	黒糖食パン いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ｳｲﾝﾅｰｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	山形パン ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ハンバーグ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ストロベリーツイスト 目玉焼 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	レーズンパン ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ﾍﾞｰｺﾝ入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	食ﾊﾟﾝ(6枚切り) いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾂﾅのｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ 野菜とエビのコンソメ煮 ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 394kcal 食塩 1.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 498kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 438kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 390kcal 食塩 1.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 533kcal 食塩 1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 453kcal 食塩 1.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 460kcal 食塩 1.8g
	ご飯食	ごはん ｵﾑﾚﾂ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ｳｲﾝﾅｰｿﾃｰ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ひじき雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 目玉焼 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん だし巻き玉子 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾂﾅのｿﾃｰ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	鮭雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 482kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 492kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 380kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 447kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 467kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 474kcal 食塩 1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 416kcal 食塩 2.7g
昼食		ごはん 蒸魚の胡麻だれ漬 ﾓﾔｼとﾋﾟｰﾏﾝの塩炒め 大根のｻﾗﾀﾞ すまし汁	ごはん 魚の香草焼き ｷｬﾍﾞﾂとｺｰﾝのｻﾗﾀﾞ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ ﾖｰｸﾞﾙﾄ和え	ﾁｷﾝｶﾚｰ ﾂﾅの野菜炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｺｰﾝのｻﾗﾀﾞ 漬物	ごはん 魚のｷﾉｺあんかけ 高野豆腐の煮物 大根の酢の物 味噌汁	ごはん 擬製豆腐 じゃが芋と竹輪の煮物 煮豆 すまし汁	ごはん ﾒﾝﾁｶﾂ ｲﾝｹﾞﾝとしらすの炒め物 ｶﾚｰ風味野菜ｽｰﾌﾟ ﾖｰｸﾞﾙﾄ・ﾌﾙｰﾂｿｰｽ(ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ)	～中華フェア～ ごはん 麻婆豆腐 点心セット 大学芋 ﾜｶﾒｽｰﾌﾟ
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 398kcal 食塩 1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 504kcal 食塩 0.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 575kcal 食塩 3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 391kcal 食塩 3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 497kcal 食塩 2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 584kcal 食塩 2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 707kcal 食塩 3.9g
夕食		ごはん 揚出し豆腐ｶﾆ風味あんかけ ﾚﾝｺﾝと竹輪のおかか煮 青梗菜のﾎﾟﾝ酢和え 味噌汁	ごはん 豚肉の柳川風煮 大根のきんぴら ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの辛子和え 味噌汁	ごはん ｴﾋﾞと玉子の塩炒め 春雨の旨煮 ｵｸﾗのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 中華ｽｰﾌﾟ	ごはん 豚肉と生揚の甘辛煮 ｷｬﾍﾞﾂのﾂﾅ炒め 胡麻ﾏﾖ和え すまし汁	ごはん ぶり大根 青梗菜の炒め物 ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(もやし) 味噌汁	ごはん 魚の漬け焼き 南瓜のﾚﾓﾝ煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 味噌汁	ごはん 魚の煮付け 豚肉と青梗菜の炒め物 ﾓﾔｼの甘酢和え 味噌汁
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 517kcal 食塩 3.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 484kcal 食塩 2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 486kcal 食塩 2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 542kcal 食塩 2.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 481kcal 食塩 2.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 496kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 413kcal 食塩 2.4g
3時		ワッフル	ぶどうゼリー	ブッセ(バニラ)	フルーチェ(ピーチ)	チョコバーム	ババロア(バニラ)	しっとりどら焼き(こしあん)
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 60kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 91kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 137kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 28kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 89kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 103kcal 食塩 0.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 113kcal 食塩 0.1g
パン食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1369kcal 食塩 6.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1577kcal 食塩 5.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1636kcal 食塩 7.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1351kcal 食塩 6.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1596kcal 食塩 6.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1570kcal 食塩 6.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1693kcal 食塩 8.2g
ご飯食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1457kcal 食塩 7.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1571kcal 食塩 5.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1578kcal 食塩 8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1408kcal 食塩 7.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1534kcal 食塩 7.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1657kcal 食塩 7.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1649kcal 食塩 9.1g

⇒朝食メニュー　パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

＊都合により、献立を変更することがございます。

伊丹ケアハートガーデン　週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
		22	23	24	25	26	27	28
朝食	パン食	黒糖食パン ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ なすとﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ショコラツイスト ハンバーグ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	レーズンパン いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ｷｬﾍﾞﾂのﾏｽﾀｰﾄﾞ炒め ﾌﾙｰﾂ 飲み物	食ﾊﾟﾝ(6枚切り) ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ﾂﾅ入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ ｳｲﾝﾅｰｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ 飲み物	山形パン いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ミートボール ﾌﾙｰﾂ 飲み物	抹茶ツイスト ｵﾑﾚﾂ ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 583kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 440kcal 食塩 1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 447kcal 食塩 1.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 537kcal 食塩 2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 424kcal 食塩 1.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 470kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 409kcal 食塩 1.3g
	ご飯食	ごはん なすとﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ひじき煮 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	野菜雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ﾂﾅ入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙ 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 厚焼卵 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん ミートボール 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	玉子雑炊 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 604kcal 食塩 1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 445kcal 食塩 1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 378kcal 食塩 2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 562kcal 食塩 2.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 488kcal 食塩 1.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 496kcal 食塩 2.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 372kcal 食塩 2.3g
昼食		ごはん 豚肉のｵｲｽﾀｰｿｰｽ炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ ﾎｳﾚﾝ草のなめ茸かけ 中華ｽｰﾌﾟ	ごはん 卵と野菜の塩炒め 根菜の味噌煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰのおかか和え すまし汁	ごはん たらのﾊﾟﾝ粉焼き ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｿﾃｰ 小松菜のお浸し ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ	ごはん 鶏肉と根菜の炒め物 青梗菜とｴﾋﾞの旨煮 ｲﾝｹﾞﾝとｺｰﾝのｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ゆかりごはん きつねうどん 里芋の含め煮 ｷｭｳﾘの酢の物	ごはん 鶏肉のさらさ蒸し ｲﾝｹﾞﾝの磯和え 味噌汁 洋梨ﾖｰｸﾞﾙﾄ	ごはん 魚のﾁﾘｿｰｽ風 じゃが芋金平 ﾓﾔｼの胡麻和え 中華ｽｰﾌﾟ
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 451kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 490kcal 食塩 2.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 497kcal 食塩 2.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514kcal 食塩 2.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 392kcal 食塩 4.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 467kcal 食塩 2.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 524kcal 食塩 2.9g
夕食		ごはん ｻﾊﾞのﾊﾞﾀｰ醤油風味焼 車麸の煮物 ｵｸﾗのﾎﾟﾝ酢和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のはちみつ照焼 里芋の含め煮 大根としらすのｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ごはん 豆腐の五目あんかけ ｳｲﾝﾅｰの野菜炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのわさび和え 味噌汁	ごはん 魚の中華風照焼 なすの生姜煮 ｷｬﾍﾞﾂの中華ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 中華ｽｰﾌﾟ	ごはん 生揚と野菜の炒め物 海老団子の薄くず煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾏﾘﾈ 味噌汁	ごはん 鮭のゆず味噌焼 茄子とﾋﾟｰﾏﾝの炒め物 ｵｸﾗのお浸し すまし汁	ごはん 肉団子の野菜あんかけ 小松菜の干しｴﾋﾞ炒め 春雨の中華ｻﾗﾀﾞ 中華ｽｰﾌﾟ
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 522kcal 食塩 2.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 476kcal 食塩 2.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 499kcal 食塩 3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 525kcal 食塩 2.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 504kcal 食塩 2.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 512kcal 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 512kcal 食塩 3.4g
3時		まっちゃゼリー	ドーナツ	ビスコ	たいやき(こしあん)	しっとりどら焼き(カスタード)	オレンジゼリー	ブッセ(チョコ)
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 111kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 152kcal 食塩 0.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 75kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 96kcal 食塩 0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 113kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 77kcal 食塩 0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 137kcal 食塩 0.1g
パン食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1616kcal 食塩 7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1558kcal 食塩 7.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1518kcal 食塩 6.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1672kcal 食塩 7.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1433kcal 食塩 9.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1526kcal 食塩 6.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1582kcal 食塩 7.7g
ご飯食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1688kcal 食塩 7.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1563kcal 食塩 7.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1449kcal 食塩 7.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1697kcal 食塩 7.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1497kcal 食塩 9.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1552kcal 食塩 6.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1545kcal 食塩 8.7g

⇒朝食メニュー　パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

＊都合により、献立を変更することがございます。

伊丹ケアハートガーデン　週間メニュー表

		日	月	火	水	木	金	土
		29	30					
朝食	パン食	食ﾊﾟﾝ(6枚切り) ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾊﾑの炒め物 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ いちごｼﾞｬﾑ・ﾏｰｶﾞﾘﾝ ｷｬﾍﾞﾂのﾏｽﾀｰﾄﾞ炒め ﾌﾙｰﾂ 飲み物					
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 462kcal 食塩 1.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 460kcal 食塩 1.3g					
	ご飯食	ごはん ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾊﾑの炒め物 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物	ごはん 茄子のそぼろ煮 味噌汁 ﾌﾙｰﾂ 飲み物					
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 486kcal 食塩 2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 472kcal 食塩 1.7g					
昼食		ごはん 魚の醤油麹焼 ｵｸﾗのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 味噌汁 ﾌﾟﾘﾝ	ごはん 蒸魚のﾎﾟﾝ酢かけ さつま芋のﾚﾓﾝ煮 春雨ｻﾗﾀﾞ 味噌汁					
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 451kcal 食塩 3.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 541kcal 食塩 2.1g					
夕食		ごはん 鶏肉とｺｰﾝのｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ 大根のﾊﾞﾀｰ醤油炒め ｲﾝｹﾞﾝとﾂﾅのｻﾗﾀﾞ	ごはん ふくさ卵焼 ﾎｳﾚﾝ草の炒め煮 金時煮豆 すまし汁					
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 586kcal 食塩 1.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 506kcal 食塩 2.7g					
3時		もみじまんじゅう	バターケーキ					
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 79kcal 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 59kcal 食塩 0.1g					
パン食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1578kcal 食塩 6.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1566kcal 食塩 6.2g					
ご飯食合計		ｴﾈﾙｷﾞｰ 1602kcal 食塩 6.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1578kcal 食塩 6.6g					

⇒朝食メニュー　パン食・ご飯食交互の選択の方の色です。

＊都合により、献立を変更することがございます。