

予定献立表

令和06年07月上旬

食種名 船賃調整食

区分	1日 月曜	2日 火曜	3日 水曜	4日 木曜	5日 金曜	6日 土曜	
朝	0102 味噌汁 0262 ふりかけ 1801 粉茶	0103 味噌汁 0263 ふりかけ 1801 粉茶	0104 味噌汁 0264 ふりかけ 1801 粉茶	0105 味噌汁 0265 ふりかけ 1801 粉茶	0107 味噌汁 0266 ふりかけ 1801 粉茶	0108 味噌汁 0267 ふりかけ 1801 粉茶	
昼	0405 玉子豆腐スープ 0906 イワシフライ(揚げ焼き) 1346 菜の花の和え物 1801 粉茶	0443 つみれ汁 0910 メンチカツ(揚げ焼き) 1101 ゆずドレサラダ 1801 粉茶	0407 玉子きのこスープ 0912 ささみチーズカツ 1325 竹輪コマドレ和え 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0306 炊き込みご飯 0553 中華麺(冷) 1367 玉子と胡瓜の和え物 1731 ヨーグルト 1801 粉茶	0640 豚と大根の炒め煮 1337 プロッコリと海老炒め 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0437 豆腐すまし汁 0651 青柳肉桂 1361 金平れんこん 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	
夕	0460 冷汁 0633 豚肉青菜炒め 1343 チャブチエ 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0534 かに玉風玉子焼き 0914 蒸し餃子 1203 黄桃 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0623 豚肉生薬焼き 1313 胡干炒め 1345 白菜の酢の物 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	1511 チキンシチュー 1346 ほうれん草ソテー 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0441 けんちん汁 0723 鱈の香味焼き 1317 にとえのき玉子とじ 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0421 白菜とツナのスープ 0635 えのきのまーポ一風 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	
成分	kcal 1763 たんぱく質 69.4 脂質 36.0 水分 631 ビタミンA 764 ビタミンB1 2.11 ビタミンB2 1.66 ビタミンC 229 食塩 7.7	kcal 1794 たんぱく質 64.1 脂質 30.2 水分 483 ビタミンA 279 ビタミンB1 1.47 ビタミンB2 1.78 ビタミンC 210 食塩 7.5	kcal 1850 たんぱく質 69.1 脂質 32.9 水分 692 ビタミンA 175 ビタミンB1 2.54 ビタミンB2 2.37 ビタミンC 346 食塩 7.6	kcal 1935 たんぱく質 62.9 脂質 45.4 水分 734 ビタミンA 1685 ビタミンB1 2.09 ビタミンB2 2.10 ビタミンC 208 食塩 9.2	kcal 1716 たんぱく質 70.2 脂質 34.0 水分 638 ビタミンA 323 ビタミンB1 2.53 ビタミンB2 2.53 ビタミンC 356 食塩 6.5	kcal 1824 たんぱく質 69.5 脂質 36.8 水分 592 ビタミンA 670 ビタミンB1 2.84 ビタミンB2 2.35 ビタミンC 352 食塩 7.4	

予 定 献 立 表

令和06年07月上旬

食糧名 品質調査

区分	7日 日曜	8日 月曜	9日 火曜	10日 水曜	標準量	献立量	強化量
朝	0109 味噌汁 0260 ふりかけ 1801 粉茶	0110 味噌汁 0260 ふりかけ 1801 粉茶	0111 味噌汁 0260 ふりかけ 1801 粉茶	0112 味噌汁 0260 ふりかけ 1801 粉茶			
昼	1336 鶏肉ミルク煮 1731 ヨーグルト 1314 コーンソテー 1801 粉茶	0701 焼きき 1334 グリーンピースの玉子とじ 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	1613 カフェオレ 1640 さつまいもあん 1109 ハムサラダ 1701 ブルーベリージャム 1801 粉茶	0415 かき玉スープ 0718 白身魚のムニエル 1349 もやしとわかめのナムル 1801 粉茶			
夕	0439 ちゃんこ汁 0607 鶏肉塩炒め 1362 三色豆 1801 粉茶	0438 しょうが汁 0618 鶏肉の味噌だれ焼き 1309 ほうれん草土佐和え 1801 粉茶	0426 中華スープ 0808 厚揚げ炒め 1241 フルーツ寒天 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0409 わかめスープ 0903 鶏肉の香味焼き 1343 ナスとトマトのマリネ 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー			
成分	kcal たんぱく質 脂質 カリウム ビタミンA ビタミンB1 ビタミンB2 ビタミンC 食塩	1866 83.9 33.4 709 219 0.78 1.03 59 5.9	1732 74.3 36.6 450 649 1.82 1.64 182 6.6	1694 69.2 33.5 439 272 1.45 1.62 171 7.8	kcal たんぱく質 脂質 カリウム ビタミンA ビタミンB1 ビタミンB2 ビタミンC 食塩	1800 74.0 32.0 650 600 1.10 1.20 100 6.0	1813 69.2 36.5 603 516 1.89 1.86 235 7.3

予 定 献 立 表

令和06年07月中旬

食 種 名 脂 質 調 整 食

区 分	11日 木曜	12日 金曜	13日 土曜	14日 日曜	15日 月曜	16日 火曜	
朝	0114 味噌汁 0264 ふりかけ 1801 粉茶	0115 味噌汁 0264 ふりかけ 1801 粉茶	0101 味噌汁 0265 ふりかけ 1801 粉茶	0102 味噌汁 0266 ふりかけ 1801 粉茶	0103 味噌汁 0267 ふりかけ 1801 粉茶	0104 味噌汁 0268 ふりかけ 1801 粉茶	
昼	0408 ベーコンスープ 0649 ミートスパゲティ 1106 サラダ 1801 粉茶	0408 ベーコンスープ 0627 冷しゃぶ(豚) 1328 チンゲン菜のソテー 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	1031 中華丼の具 0812 豆腐と油揚げの煮物 1381 キヤベツソテー 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0600 鶏肉のトマトクリーム煮 1731 ヨーグルト 1386 キヤベツソテー 1801 粉茶	0250 みそ汁(アレ1) 0533 松風焼き 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0409 わかめスープ 0904 煮ブライ(揚げ焼き) 1102 煮しそドレサラダ 1801 粉茶	
夕	1505 パンプキンスープ 1535 ハンバーグ 1305 ほうれん草のごま和え 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0459 はんぺんのすまし汁 0650 牛肉の時雨煮 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0443 つみれ汁 0634 鶏肉ポン酢和え 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0404 玉子スープ 0636 豚肉のみそ炒め 1801 粉茶	0401 チキンスープ 0720 鶏の南蛮焼き 2045 プロコロリーの香しそ和え 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0442 根菜汁 0630 豚肉五子とじ 1204 バイン 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	
成 分	kcal 1882 たんぱく質 64.9 脂質 33.7 糖質 653 ビタミンA 862 ビタミンB1 1.79 ビタミンB2 1.85 ビタミンC 251 食塩 10.5	kcal 1760 たんぱく質 66.9 脂質 34.3 糖質 639 ビタミンA 304 ビタミンB1 2.66 ビタミンB2 2.35 ビタミンC 388 食塩 7.8	kcal 1765 たんぱく質 74.2 脂質 32.6 糖質 672 ビタミンA 436 ビタミンB1 2.24 ビタミンB2 2.32 ビタミンC 325 食塩 6.7	kcal 1722 たんぱく質 77.0 脂質 32.1 糖質 664 ビタミンA 331 ビタミンB1 1.38 ビタミンB2 1.13 ビタミンC 115 食塩 6.6	kcal 1748 たんぱく質 75.7 脂質 33.9 糖質 669 ビタミンA 230 ビタミンB1 2.23 ビタミンB2 2.52 ビタミンC 338 食塩 6.8	kcal 1802 たんぱく質 64.2 脂質 30.2 糖質 651 ビタミンA 278 ビタミンB1 1.78 ビタミンB2 1.61 ビタミンC 214 食塩 8.1	

予 定 献 立 表

令和06年07月中旬

食糧名 脂質調整食

区分	17日 水曜	18日 木曜	19日 金曜	20日 土曜	標準量	献立量	強化量
朝	0105 味噌汁 0250 あまのり佃煮 1801 粉茶	0107 味噌汁 0261 ふりかけ 1801 粉茶	0108 味噌汁 0262 ふりかけ 1801 粉茶	0109 味噌汁 0263 ふりかけ 1801 粉茶			
昼	043B チンゲン菜のスープ 060E 鶏肉のケチャップ焼き 1107 サラダ 1801 粉茶	0301 五目ご飯 0551 うどん(冷) 1306 カニカマとしいたげの和え物 1731 ヨーグルト 1801 粉茶	0445 豚肉白菜汁 0722 白身魚焼き 1347 もやしの玉子炒め 1801 粉茶	0439 ちやんこ汁 0602 鶏とねぎ焼き 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー			
夕	0449 高野玉子汁 062A 野菜炒め 1326 根揚げとキャベツの和え物 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	1001 すき焼き風蒸 1119 チョレギ風サラダ 1205 みかん 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0419 ほうれん草スープ 060A 鶏肉のハニーマスタード焼き 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0434 野菜汁 0809 厚揚げの八宝菜 1376 錦糸玉子 1801 粉茶			
成 分	kcal 1742 たんぱく質 70.6 脂質 38.1 糖質 495 食物繊維 237 ビタミンA 1.58 ビタミンB1 1.37 ビタミンB2 246 ビタミンC 6.5	kcal 1792 たんぱく質 59.8 脂質 32.0 糖質 717 食物繊維 253 ビタミンA 1.50 ビタミンB1 1.55 ビタミンB2 204 ビタミンC 9.2	kcal 1681 たんぱく質 77.1 脂質 32.4 糖質 380 食物繊維 261 ビタミンA 1.43 ビタミンB1 1.52 ビタミンB2 189 ビタミンC 7.1	kcal 1745 たんぱく質 68.5 脂質 32.4 糖質 572 食物繊維 244 ビタミンA 1.43 ビタミンB1 1.51 ビタミンB2 186 ビタミンC 7.2	kcal 1800 たんぱく質 74.0 脂質 32.0 糖質 650 食物繊維 600 ビタミンA 1.10 ビタミンB1 1.20 ビタミンB2 100 ビタミンC 6.0	1763	69.9 33.2 611 344 1.81 1.78 241 7.7

令和06年07月下旬

食糧名 脂質調整食

予 定 献 立 表

区分	21日 日曜	22日 月曜	23日 火曜	24日 水曜	25日 木曜	26日 金曜	
朝	0110 味噌汁 0264 ふりかけ 1801 粉茶	0112 味噌汁 0266 ふりかけ 1801 粉茶	0114 味噌汁 0268 ふりかけ 1801 粉茶	0115 味噌汁 0268 ふりかけ 1801 粉茶	0101 味噌汁 0250 あまのり佃煮 1801 粉茶		
昼	060C 鶏肉のトマトクリーム煮 1731 ヨーグルト 1104 背しそトレサラダ 1801 粉茶	0424 もずくのかきたまスープ 0716 白身魚焼き 1338 炒り豆腐 1801 粉茶	1509 ミルクポトフ 1541 あずきつぶしあん 1242 抹茶薬天 1707 マーガリン 1801 粉茶	0448 さつまいも汁 0804 お好み焼き 1344 もやし中華和え 1801 粉茶 1836 タンパクゼリー	0409 わかめスープ 0634 豚肉玉ねぎ炒め 2048 ごぼうの背しそ和え 1801 粉茶	0454 豆汁 0634 豚肉玉ねぎ炒め 2048 ごぼうの背しそ和え 1801 粉茶	
夕	0457 青菜のみそ汁 0622 豚肉焼き 1131 豆たつぷりサラダ 1801 粉茶	0413 しそスープ 0901 とんかつ(揚げ焼き) 1368 梅しらす和え 1801 粉茶 1836 タンパクゼリー	0624 鶏焼き 1115 レンコンサラダ 1801 粉茶 1836 タンパクゼリー	0924 鶏焼き 1115 レンコンサラダ 1801 粉茶 1836 タンパクゼリー	0426 中華スープ 062F ムーシューロー 1110 サラダ 1801 粉茶 1836 タンパクゼリー	060C 鶏肉のトマトクリーム煮 1346 ほうれん草ソテー 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	
成分	kcal 1753 たんぱく質 71.9 脂質 38.6 カロリA 652 ビタミンA 297 ビタミンB1 1.04 ビタミンB2 1.02 ビタミンC 117 食塩 7.6	kcal 1744 たんぱく質 70.0 脂質 34.3 カロリA 581 ビタミンA 464 ビタミンB1 1.65 ビタミンB2 1.45 ビタミンC 180 食塩 7.2	kcal 2031 たんぱく質 56.3 脂質 34.4 カロリA 548 ビタミンA 480 ビタミンB1 1.62 ビタミンB2 1.56 ビタミンC 231 食塩 6.1	kcal 1874 たんぱく質 68.1 脂質 33.0 カロリA 609 ビタミンA 164 ビタミンB1 2.57 ビタミンB2 2.46 ビタミンC 363 食塩 7.3	kcal 1923 たんぱく質 75.4 脂質 47.3 カロリA 659 ビタミンA 286 ビタミンB1 2.62 ビタミンB2 2.62 ビタミンC 353 食塩 8.4	kcal 1820 たんぱく質 72.2 脂質 36.2 カロリA 711 ビタミンA 653 ビタミンB1 1.70 ビタミンB2 1.73 ビタミンC 198 食塩 7.8	

予 定 献 立 表

令和6年07月下旬

食糧名 脂質調整食

区分	27日 土曜	28日 日曜	29日 月曜	30日 火曜	31日 水曜	標準量	献立量	強化量
朝	0102 味噌汁 0261 ふりかけ 1801 粉茶	0103 味噌汁 0262 ふりかけ 1801 粉茶	0104 味噌汁 0263 ふりかけ 1801 粉茶	0105 味噌汁 0264 ふりかけ 1801 粉茶	0107 味噌汁 0265 ふりかけ 1801 粉茶			
	0432 五目汁 0654 牛肉の柳川風 1356 大豆ひき煮 1801 粉茶	1336 鶏肉ミルク煮 1731 ヨーグルト 1102 青しそトレサラダ 1801 粉茶	0430 太平燕 0608 鶏肉餃焼焼き 11340 いんげんのおかか和え 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0436 油揚げ汁 1538 コロッケ (揚げ焼き) 11116 フロッコリーサラダ 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0935 鶏肉衣焼き (醤油) 1222 オクラ土佐和え 1801 粉茶			
夕	0428 もやしのスープ 0805 豚肉中華炒め 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0423 ひき肉青菜汁 0601 鶏肉みそ炒め 1393 黒酢豚菜きんぴら 1801 粉茶	0407 玉子きのこスープ 063C 豚肉の和風煮 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0813 スパニッシュオムレツ 1241 フルーツ寒天 1801 粉茶 1936 タンパクゼリー	0446 豚肉白菜汁 0732 魚の味噌焼き 1304 豆腐チャンプルー 1801 粉茶			
	成分	kcal 1827 たんぱく質 73.4 脂質 37.6 糖質 463 食物繊維 476 ビタミン A 2.03 ビタミン B1 1.65 ビタミン B2 191 ビタミン C 8.5 食塩 8.5	kcal 1657 たんぱく質 66.3 脂質 27.9 糖質 571 食物繊維 270 ビタミン A 0.70 ビタミン B1 0.86 ビタミン B2 92 ビタミン C 7.0 食塩 7.0	kcal 1740 たんぱく質 67.2 脂質 33.8 糖質 592 食物繊維 202 ビタミン A 2.67 ビタミン B1 2.50 ビタミン B2 318 ビタミン C 6.1 食塩 6.1	kcal 1962 たんぱく質 69.8 脂質 37.8 糖質 673 食物繊維 432 ビタミン A 2.41 ビタミン B1 2.56 ビタミン B2 367 ビタミン C 7.0 食塩 7.0	kcal 1651 たんぱく質 76.5 脂質 30.0 糖質 612 食物繊維 392 ビタミン A 0.79 ビタミン B1 0.71 ビタミン B2 31 ビタミン C 6.9 食塩 6.9	kcal 1800 たんぱく質 74.0 脂質 32.0 糖質 650 食物繊維 600 ビタミン A 1.10 ビタミン B1 1.20 ビタミン B2 100 ビタミン C 6.0 食塩 6.0	1817 69.7 35.5 603 374 1.80 1.74 222 7.3