献　立　表

日付／合計				朝				昼				夜			
ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分
11月2日（月）				肉団子のケチャプ煮 ひじきの田舎煮 マカロニサラダ 青菜と麸のみそ汁 ごはん				ベーコンピラフ ごちそうサラダ 目玉焼きコロッケ 野菜たっぷりスープ				チキンとさつまいもの炒め物 細切り野菜のサラダ 具沢山のみそ汁 ごはん フルーツ			
2,089	80.1	76	9.8	545	16	23.1	3	763	23.4	34.2	3.3	781	40.7	18.7	3.5
11月3日（火）				食パン （マーガリンとジャム） ピザトースト （ゆで卵） 四色サラダ 野菜たっぷりスープ 牛乳				とんこつ豆乳ラーメン				空揚げ鶏の野菜あんかけ 彩り春雨サラダ わかめと胡麻の中華スープ ごはん フルーツ			
2,018	96.9	85.8	9.2	614	24.9	33.8	2.9	602	37.6	24.6	3	802	34.4	27.4	3.3
11月4日（水）				いり豆腐 切干し大根の炒め煮 ごぼうサラダ 葱とわかめのみそ汁 ごはん				きのこの散らし寿司 松風焼き 野菜のお浸し 昆布豆 豆腐とわかめのすまし汁				チキンカツ （ 添え ） グリーンサラダ（コーン） 野菜たっぷりスープ ごはん フルーツ			
2,069	81.7	76.5	8.5	595	16.8	22.2	2.8	706	31.8	18.2	2.9	768	33.1	36.1	2.8
11月5日（木）				肉ﾎﾞｰﾙとｳｽﾞﾗ卵の煮物 ウインナーと野菜のソテー お浸しのなめたけかけ 青菜と車麸のみそ汁 ごはん				あさりのスープパスタ 彩り野菜のサラダ （蒸し鶏添え）				豚肉と季節野菜の炒め物 ドレッシング和え 根菜入りスープ ごはん フルーツ			
2,089	74.2	74.9	9.1	609	19	25	2.8	682	30.3	18.8	3.8	798	24.9	31.1	2.5
11月6日（金）				焼魚 ハムと野菜のソテー おでん風煮物 きゃべつと油揚げのみそ汁 ごはん				とろとろ卵のオムライス シーザーサラダ コンソメジュリエンヌ				魚の南蛮漬け （あじ） 根菜の炒め煮 大根と青菜のみそ汁 ごはん フルーツ			
2,048	81.4	54.7	9.7	502	21.6	6.6	3.2	694	24.7	20.6	3.3	852	35.1	27.5	3.2
11月7日（土）				卵とじ風 ｶﾞﾝﾓﾄﾞｷと車麸の煮物 野菜のお浸し きゃべつと油揚げのみそ汁 ごはん				中華丼 中華サラダ（もやし） 葱と卵の中華スープ				鳥のネギ塩焼き （ 添え ） かぼちゃの甘煮 玉葱とじゃが芋の味噌汁 ごはん フルーツ			
2,009	81.2	60.4	9.3	579	24.6	15	3	622	23.9	16.4	3.2	808	32.7	29	3.1
11月8日（日）				食パン （マーガリンとジャム） フレンチトースト 卵スプレット ボイルソーセージ 四色サラダ 野菜たっぷりスープ 牛乳				和風しょうゆラーメン				白身魚のフライ タルタルソース （ 添え ） コールスローサラダ 玉葱と車麸のみそ汁 ごはん フルーツ			
2,088	83.8	93.4	8.9	625	19.7	37.7	3.1	714	39.1	24	3.3	749	25	31.7	2.5

献　立　表

日付／合計				朝				昼				夜			
ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分

週間平均値

日付／合計				朝				昼				夜			
ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分	ｶﾛﾘｰ	蛋白質	脂質	塩分
2,058	82.8	74.5	9	581.3	20.4	23.3	3	683.3	30.1	22.4	3	794	32.3	28.8	3