

【医食のチカラ】7月献立表

		6月30日(月)	7月1日(火)	7月2日(水)	7月3日(木)	7月4日(金)	7月5日(土)	7月6日(日)		
1	納品期間	商品CD	401029	401034	401025	401037	401001	401015	401020	
		期	鶏むね肉とじゃがいも 甘辛ソース	赤魚のバター醤油	牛肉豆腐	ホキの和風あん	クリームシチュー	ほうれん草オムレツの 和風あん	鶏とマカロニの ミートソース	
		星	厚揚げの和風あん いんげんのおかか和え	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	ツナマカロニサラダ	肉団子の甘酢がけ チーズマカロニサラダ	小松菜のバターソース和え マカロニサラダ	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん	キャベツのツナ和え しんじょうと人参のマヨ和え	
		タ	エネルギー 258kcal たんぱく質 15.9g 脂質 10.4g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.7g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.5g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 263kcal たんぱく質 16.1g 脂質 10.5g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 264kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.4g 脂質 12.3g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 262kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.8g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.3g
		星	401010	401021	401040	401000	401035	401018	401043	
		タ	カレイのタルタルソース	牛肉と大豆のトマトソース煮	赤魚のホワイトソース	豚の生姜焼き	豆腐のミートソース グラタン風	塩だれハンバーグ	ホキの黒豚あんかけ	
		期	大豆入りつくねのトマトソース ほろとろのしんじょうペーパー和え	ウインナーズバザンテ コンと人参のマヨソース和え	人参のキーマカレーがけ キャベツとツナの甘酢あん	椎茸と豆腐の煮込み 人参しりしり	野菜の煮物 かまかつのポテトサラダ	鶏とポテトのチーズのせ ツナマカロニチップ	鶏とポテトのチーズカレー ごぼうと人参のマヨソース和え	
		タ	エネルギー 268kcal たんぱく質 15.7g 脂質 11.5g 炭水化物 25g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 259kcal たんぱく質 15.2g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 256kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.9g 炭水化物 25.3g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 270kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.5g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.6g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 265kcal たんぱく質 15.7g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.3g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g
		星	401044	401009	401011	401038	401023	401038	401008	
		タ	和風おろしハンバーグ	かに玉風	豆腐入りつくねの 中華あんかけ	赤魚の卵焼き和風あんかけ	牛肉の甘辛煮	カレイの香辛揚げ	かつとじ風	
		期	鶏の旨味とキャベツインゲン湯 和風ポテトサラダのせ	さつまいもと高野豆腐の煮物 れんこんと豆腐の煮物	ツナと豆腐の中華あん 人参ごま和え	つくねの旨辛ソース うの花ひき煮	野菜の旨辛あんかけ 鶏むね肉の甘酢あん	高野豆腐のミートソースがけ キャベツと鶏のホワイトソースがけ	じゃがいもと豆腐の鶏そぼろ ツナマカロニサラダ	
		タ	エネルギー 268kcal たんぱく質 15.5g 脂質 10.4g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.7g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 261kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.8g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 264kcal たんぱく質 15.6g 脂質 10.3g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.5g 脂質 12.5g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.3g 炭水化物 27.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.3g 炭水化物 27.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 265kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.4g 炭水化物 28.2g 食塩相当量 1.9g
星	401012	401034	401025	401037	401001	401015	401020			
タ	デミグラスハンバーグ	赤魚のバター醤油	牛肉豆腐	ホキの和風あん	クリームシチュー	ほうれん草オムレツの 和風あん	鶏とマカロニの ミートソース			
期	大豆人参のツナ和え 小松菜ソースのせ	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	ツナマカロニサラダ 鶏むね肉	肉団子の甘酢がけ チーズマカロニサラダ	小松菜のバターソース和え マカロニサラダ	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん	キャベツのツナ和え しんじょうと人参のマヨ和え			
タ	エネルギー 268kcal たんぱく質 16.1g 脂質 10.9g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.5g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.7g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 263kcal たんぱく質 16.1g 脂質 10.5g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.4g 脂質 12.3g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 262kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.8g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.3g			
星	401003	401032	401042	401041	401015	401027	401006			
タ	カレイのピリ辛チーズ	豆腐とじゃがいもの 黒豚あんかけ	ホキのトマトソース	ビーフシチュー	ほうれん草オムレツの 和風あん	豆腐入り鶏肉ハンバーグの 黒豚あんかけ	エビとアサリの八宝菜			
期	れんこんのからめ 厚揚げのバター醤油	人参春雨炒め 玉ねぎと人参の中華サラダ	厚揚げキーマカレーがけ 小松菜と鶏むね肉和え	鶏むね肉とインゲン 甘酢あんかけ	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん	ブロッコリーのおかかチーズ ツナポテト	玉ねぎとアサリの八宝菜			
タ	エネルギー 260kcal たんぱく質 15.2g 脂質 10.9g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 287kcal たんぱく質 18.3g 脂質 11.2g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 268kcal たんぱく質 16.1g 脂質 11.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.7g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.9g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.6g 脂質 10.3g 炭水化物 27.9g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 260kcal たんぱく質 15.9g 脂質 11.7g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.7g			
星	401029	401039	401020	401031	401025	401034	401028			
タ	鶏むね肉とじゃがいも 甘辛ソース	オムレツの ホワイトソースがけ	鶏とマカロニの ミートソース	厚揚げと肉団子の黒豚あんかけ	牛肉豆腐	赤魚のバター醤油	鶏と鶏のみぞれあんかけ			
期	厚揚げの和風あん いんげんのおかか和え	コン春雨炒め ポテトと人参の中華サラダ	キャベツのツナ和え しんじょうと人参のマヨ和え	キャベツと豆腐の鶏むね肉 甘酢あんかけ	ツナマカロニサラダ 鶏むね肉	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	和風ポテトサラダ キャベツと人参			
タ	エネルギー 258kcal たんぱく質 15.9g 脂質 10.4g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.5g 炭水化物 25.0g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 262kcal たんぱく質 16.1g 脂質 10.8g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 268kcal たんぱく質 16.1g 脂質 10.5g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.5g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.8g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.3g			
星	401038	401022	401028	401018	401002	401035	401042			
タ	カレイの香辛揚げ	牛もも肉のブルコ風	魚介とそぼろの チリソースがけ	塩だれハンバーグ	たらのタルタル南蛮	豆腐のミートソース グラタン風	ホキのトマトソース			
期	高野豆腐のミートソースがけ キャベツと鶏のホワイトソースがけ	人参大豆たんぱく和え 玉ねぎと人参の中華サラダ	豆腐と鶏の煮込み さつまいも煮	鶏とポテトのチーズのせ ツナマカロニチップ	野菜の肉そぼろ 大豆と玉ねぎのからめ	野菜の煮物 かまかつのポテトサラダ	厚揚げキーマカレーがけ 小松菜と鶏むね肉和え			
タ	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.5g 炭水化物 27.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 262kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.5g 炭水化物 28.1g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.5g 脂質 11.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.7g 脂質 10.9g 炭水化物 28.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.3g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.1g			
星	401000	401009	401044	401004	401007	401014	401011			
タ	豚の生姜焼き	かに玉風	和風おろしハンバーグ	カレイの味噌バター風味	ガーリックチキンの トマトソースがけ	鶏肉ソース焼きそば	豆腐入りつくねの 中華あんかけ			
期	椎茸と豆腐の煮込み 人参しりしり	さつまいもと高野豆腐の煮物 れんこんと豆腐の煮物	鶏の旨味とキャベツインゲン湯 和風ポテトサラダのせ	大豆のキーマカレーがけ キャベツと人参の中華サラダ	コーンのだしあん 人参とツナのツナがけ	チキンのトマトソースがけ キャベツと人参	ツナと豆腐の中華あん 人参ごま和え			
タ	エネルギー 270kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.9g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.7g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 268kcal たんぱく質 16.1g 脂質 11.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.7g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.7g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.9g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.6g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.4g			
星	401033	401023	401030	401001	401019	401045	401015			
タ	たらの味噌たれがけ	牛肉の甘辛煮	厚揚げと肉団子の黒豚あん	クリームシチュー	赤魚の煮付け	肉じゃが	ほうれん草オムレツの 和風あん			
期	鶏むね肉の中華風 厚揚げのタルタルがけ	野菜の旨辛あんかけ 鶏むね肉の甘酢あん	麻婆ナス キャベツと人参	小松菜のバターソース和え マカロニサラダ	コンマカロニサラダ 厚揚げの豆腐と人参あん	鶏肉と玉子の和風煮 厚揚げと人参のおろしあん	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん			
タ	エネルギー 262kcal たんぱく質 16.2g 脂質 10.6g 炭水化物 25.3g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.5g 脂質 12.3g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 268kcal たんぱく質 16.1g 脂質 10.5g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 264kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 252kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 252kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.3g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.8g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g			
星	401008	401042	401024	401003	401027	401032	401021			
タ	かつとじ風	ホキのトマトソース	鶏と厚揚げの黒豚あんかけ	カレイのピリ辛チーズ	豆腐入り鶏肉ハンバーグの 黒豚あんかけ	豆腐とじゃがいもの 黒豚あんかけ	牛肉と大豆のトマトソース煮			
期	じゃがいもと豆腐の鶏そぼろ ツナマカロニサラダ	厚揚げキーマカレーがけ 小松菜と鶏むね肉和え	塩だれハンバーグ れんこんと人参の中華サラダ	れんこんのからめ 厚揚げのバター醤油	ブロッコリーのおかかチーズ ツナポテト	人参春雨炒め 玉ねぎと人参の中華サラダ	ウインナーズバザンテ コンと人参のマヨソース和え			
タ	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.4g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 265kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 267kcal たんぱく質 16.1g 脂質 11.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 260kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.9g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.4g 炭水化物 27.5g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 263kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.4g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.2g			
星	401040	401022	401017	401016	401006	401013	401010			
タ	赤魚のホワイトソース	牛もも肉のブルコ風	ミートソースオムレツ	ポークチャップ	エビとアサリの八宝菜	チキンと大豆のミートカレー	カレイのタルタルソース			
期	人参のキーマカレーがけ キャベツと人参の中華サラダ	人参大豆たんぱく和え 玉ねぎと人参の中華サラダ	ブロッコリーと人参の中華サラダ 人参ごま和え	大豆と人参のツナ和え マカロニのホワイトソースがけ	玉ねぎとアサリの八宝菜	小松菜ごま和え キャベツと人参の中華サラダ	豆腐入りつくねのトマトソース ほろとろのしんじょうペーパー和え			
タ	エネルギー 268kcal たんぱく質 16.3g 脂質 10.5g 炭水化物 25.3g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.5g 炭水化物 28.1g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.2g 脂質 12.3g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 262kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 260kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.2g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 260kcal たんぱく質 15.3g 脂質 12.2g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 268kcal たんぱく質 15.5g 脂質 11.4g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.3g			
星	401028	401031	401020	401043	401025	401038	401029			
タ	鶏と鶏のみぞれあんかけ	厚揚げと豆腐の そぼろあんかけ	鶏とマカロニの ミートソース	ホキの黒豚あんかけ	牛肉豆腐	赤魚の卵焼き和風あんかけ	鶏むね肉とじゃがいも 甘辛ソース			
期	和風ポテトサラダ かぼちごぼう	キャベツと人参の中華風 さつまいものかまかつの旨辛あん	キャベツのツナ和え しんじょうと人参のマヨソース和え	鶏とポテトのチーズカレー ごぼうと人参のマヨソース和え	ツナマカロニサラダ 鶏むね肉	つくねの旨辛ソース うの花ひき煮	厚揚げの和風あん いんげんのおかか和え			
タ	エネルギー 268kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.9g 炭水化物 26.2g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.5g 脂質 11.5g 炭水化物 25.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 262kcal たんぱく質 16.1g 脂質 10.8g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 263kcal たんぱく質 16.8g 脂質 10.5g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 252kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 252kcal たんぱく質 15.6g 脂質 10.3g 炭水化物 27.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 254kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.4g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.2g			
星	401014	401041	401032	401007	401004	401044	401039			
タ	海鮮ソース焼きそば	ビーフシチュー	豆腐とじゃがいもの 黒豚あんかけ	ガーリックチキンの トマトソースがけ	カレイの味噌バター風味	和風おろしハンバーグ	オムレツの ホワイトソースがけ			
期	チキンのトマトソースがけ さつまいもと高野豆腐	鶏むね肉とインゲン 甘酢あんかけ	人参春雨炒め 玉ねぎと人参の中華サラダ	コーンのだしあん 人参とツナのツナがけ	大豆のキーマカレーがけ キャベツと人参の中華サラダ	鶏の旨味とキャベツインゲン湯 和風ポテトサラダのせ	コン春雨炒め ポテトと人参			
タ	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.9g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.5g 炭水化物 28.1g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 267kcal たんぱく質 16.1g 脂質 11.4g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.7g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.6g 脂質 11.7g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.9g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.3g 脂質 11.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.9g			
星	401011	401034	401018	401038	401035	401002	401000			
タ	豆腐入りつくねの 中華あんかけ	赤魚のバター醤油	塩だれハンバーグ	カレイの香辛揚げ	豆腐のミートソース グラタン風	たらのタルタル南蛮	豚の生姜焼き			
期	ツナと豆腐の中華あん 人参ごま和え	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	鶏とポテトのチーズのせ ツナマカロニチップ	高野豆腐のミートソースがけ キャベツと鶏のホワイトソースがけ	野菜の煮物 かまかつのポテトサラダ	野菜の肉そぼろ 大豆と玉ねぎのからめ	椎茸と豆腐の煮込み 人参しりしり			
タ	エネルギー 261kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.6g 炭水化物 26.1g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 260kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.7g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.7g 脂質 10.9g 炭水化物 28.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.3g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.1g			
星	401011	401034	401018	401038	401035	401002	401000			
タ	豆腐入りつくねの 中華あんかけ	赤魚のバター醤油	塩だれハンバーグ	カレイの香辛揚げ	豆腐のミートソース グラタン風	たらのタルタル南蛮	豚の生姜焼き			
期	ツナと豆腐の中華あん 人参ごま和え	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	鶏とポテトのチーズのせ ツナマカロニチップ	高野豆腐のミートソースがけ キャベツと鶏のホワイトソースがけ	野菜の煮物 かまかつのポテトサラダ	野菜の肉そぼろ 大豆と玉ねぎのからめ	椎茸と豆腐の煮込み 人参しりしり			
タ	エネルギー 261kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.6g 炭水化物 26.1g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 253kcal たんぱく質 15.4g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 260kcal たんぱく質 15.3g 脂質 10.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.7g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 266kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 269kcal たんぱく質 15.7g 脂質 10.9g 炭水化物 28.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 267kcal たんぱく質 15.4g 脂質 11.3g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.1g			

【医食のチカラ】7月献立表

納品期間 6月29日～7月5日

1	6月30日(月)	7月1日(火)	7月2日(水)	7月3日(木)	7月4日(金)	7月5日(土)	7月6日(日)
朝	商品CD 401029	401034	401025	401037	401001	401015	401020
	鶏むね肉とじゃがいも甘辛ソース	赤魚のバター醤油	牛肉豆腐	ホキの和風あん	クリームシチュー	ほうれん草オムレツの和風あん	茄子とマカロニのミートソース
	厚揚げの和風あん いんげんのおかか和え	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	ツナマカロニサラダ 鶏むねチーズ	肉団子の甘酢がけ チーズマカロニサラダ	小松菜のバターソース和え マカロニサラダ	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん	キャベツのツナ和え レンコンと人参のマヨ和え
	エネルギー 254kcal	エネルギー 253kcal	エネルギー 255kcal	エネルギー 263kcal	エネルギー 264kcal	エネルギー 263kcal	エネルギー 262kcal
	蛋白質 15.9g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.3g	蛋白質 16.1g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.4g	蛋白質 16.1g
	脂質 10.4g	脂質 10.5g	脂質 10.7g	脂質 10.5g	脂質 11.7g	脂質 12.3g	脂質 10.8g
	炭水化物 25.1g	炭水化物 25.2g	炭水化物 24.9g	炭水化物 25.4g	炭水化物 24.8g	炭水化物 24.9g	炭水化物 24.8g
	食塩相当量 1.2g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.2g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.3g
	401010	401021	401040	401000	401035	401018	401043
	カレイのタルタルソース	牛肉と大豆のトマトソース煮	赤魚のホワイトソース	豚の生姜焼き	豆腐のミートソース グラタン風	塩だれハンバーグ	ホキの黒酢あんかけ
豆腐入りつくねのトマトソース 枝豆とコーンのレモンペッパー和え	ウィンナースパゲティ コーンと人参のマヨネーズ和え	人参のキーマカレーがけ キャベツとツナの甘酢風	椎茸と昆布の煮豆 人参しりしり	野菜の煮物 カニカマとツナのポテトサラダ	鶏とポテトのチーズのせ ツナマカロニケチャップ	鶏とポテトのチーズカレー ごぼうと人参のマヨネーズ和え	
エネルギー 266kcal	エネルギー 259kcal	エネルギー 256kcal	エネルギー 270kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 260kcal	エネルギー 265kcal	
蛋白質 15.7g	蛋白質 15.2g	蛋白質 16.3g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.7g	蛋白質 16.8g	
脂質 11.4g	脂質 11.5g	脂質 10.5g	脂質 11.9g	脂質 11.7g	脂質 10.5g	脂質 11g	
炭水化物 25g	炭水化物 25.2g	炭水化物 25.3g	炭水化物 24.9g	炭水化物 24.8g	炭水化物 25.2g	炭水化物 25.5g	
食塩相当量 1.3g	食塩相当量 1.2g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.4g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.8g	
401044	401009	401011	401038	401023	401036	401008	
和風おろしハンバーグ	かに玉風	豆腐入りつくねの 中華あんかけ	赤魚の彩り和風あんかけ	牛肉の甘辛煮	カレイの香草揚げ	かつとじ風	
鶏の旨煮とキャベツインゲン添え 和風ポテトサラダチーズのせ	さつまいもと高野豆腐の煮物 れんこんと鶏の旨煮	ツナと玉葱の中華和え 人参ごま和え	つくねの甘辛ソース うの花ひじき煮	野菜の甘酢あんかけ 鶏むね肉の甘辛たれ	高野豆腐のミートソースがけ キャベツと鶏のホワイトソースがけ	じゃがいもと豆腐の鶏そぼろ ツナマカロニサラダ	
エネルギー 256kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 261kcal	エネルギー 254kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 265kcal	
蛋白質 15.5g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.5g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.2g	
脂質 10.4g	脂質 11.7g	脂質 11.6g	脂質 10.3g	脂質 12g	脂質 10.3g	脂質 11.4g	
炭水化物 25.5g	炭水化物 24.9g	炭水化物 26.1g	炭水化物 24.9g	炭水化物 24.8g	炭水化物 27.9g	炭水化物 25.5g	
食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.5g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1g	食塩相当量 1.9g	
エネルギー 776kcal	エネルギー 779kcal	エネルギー 772kcal	エネルギー 787kcal	エネルギー 796kcal	エネルギー 790kcal	エネルギー 792kcal	
蛋白質 47.1g	蛋白質 46.2g	蛋白質 46.8g	蛋白質 47.1g	蛋白質 46.5g	蛋白質 46.5g	蛋白質 48.1g	
脂質 32.2g	脂質 33.7g	脂質 32.8g	脂質 32.7g	脂質 35.4g	脂質 33.1g	脂質 33.2g	
炭水化物 75.6g	炭水化物 75.3g	炭水化物 76.3g	炭水化物 75.2g	炭水化物 74.4g	炭水化物 78g	炭水化物 75.8g	
食塩相当量 4.4g	食塩相当量 4.5g	食塩相当量 4.7g	食塩相当量 5.3g	食塩相当量 4.3g	食塩相当量 4.8g	食塩相当量 5g	
栄養価計							

【医食のチカラ】7月献立表

納品期間
7月6日
7月12日

2	7月7日(月)	7月8日(火)	7月9日(水)	7月10日(木)	7月11日(金)	7月12日(土)	7月13日(日)
商品CD	401019	401017	401033	401030	401037	401045	401040
朝	赤魚の煮付け	ミートソースオムレツ	タラの香味たれがけ	厚揚げと肉団子の黒酢あん	ホキの和風あん	肉じゃが	赤魚のホワイトソース
	コーンマカロニサラダ 厚揚げの豆板醤そぼろあん	ブロッコリーとカニカマのチーズ風味 人参のごま和え	鶏むね肉の中華風 厚揚げのタルタルがけ	麻婆ナス キャベツツナ和え	肉団子の甘酢がけ チーズマカロニサラダ	鶏肉と玉子の和風仕立て 厚揚げと枝豆のおろしあん	人参のキーマカレーがけ キャベツとツナの甘酢風
	エネルギー 252kcal 蛋白質 15.3g 脂質 10.4g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 267kcal 蛋白質 15.2g 脂質 12.5g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 262kcal 蛋白質 16.2g 脂質 10.6g 炭水化物 25.3g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 266kcal 蛋白質 16.5g 脂質 11.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 263kcal 蛋白質 16.1g 脂質 10.5g 炭水化物 25.4g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 265kcal 蛋白質 15.98g 脂質 11.3g 炭水化物 25.8g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 256kcal 蛋白質 16.3g 脂質 10.5g 炭水化物 25.3g 食塩相当量 1.6g
	401012	401034	401025	401037	401001	401015	401020
昼	デミグラスハンバーグ	赤魚のバター醤油	牛肉豆腐	ホキの和風あん	クリームシチュー	ほうれん草オムレツの和風あん	茄子とマカロニのミートソース
	大豆人参のツナ和え 小松菜チーズのせ	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	ツナマカロニサラダ 鶏むねチーズ	肉団子の甘酢がけ チーズマカロニサラダ	小松菜のバターソース和え マカロニサラダ	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん	キャベツのツナ和え レンコンと人参のマヨ和え
	エネルギー 266kcal 蛋白質 16.1g 脂質 11.9g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 253kcal 蛋白質 15.4g 脂質 10.5g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 255kcal 蛋白質 15.3g 脂質 10.7g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 263kcal 蛋白質 16.1g 脂質 10.5g 炭水化物 25.4g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 264kcal 蛋白質 15.6g 脂質 11.7g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.0g	エネルギー 263kcal 蛋白質 15.4g 脂質 12.3g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 262kcal 蛋白質 16.1g 脂質 10.8g 炭水化物 24.8g 食塩相当量 1.3g
	401003	401032	401042	401041	401015	401027	401006
タ	カレイのピリ辛チーズ	豆腐とじゃがいもの麻婆あんかけ	ホキのトマトソース	ビーフシチュー	ほうれん草オムレツの和風あん	豆腐入り鶏肉ハンバーグの黒酢あんかけ	エビとアサリの八宝菜
	れんこんのカレー炒め 厚揚げのバター醤油	人参春雨炒め 玉葱カニカマ中華サラダ	厚揚げキーマカレーがけ 小松菜と鶏むね肉和え	鶏むね肉スバゲッティ 甘酢厚揚げ	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん	ブロッコリーのおかかチーズ ツナポテト	玉ねぎとツナのピリ辛チーズ 南瓜煮
	エネルギー 260kcal 蛋白質 15.2g 脂質 10.9g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 267kcal 蛋白質 16.3g 脂質 11.4g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 268kcal 蛋白質 16.1g 脂質 11.3g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 267kcal 蛋白質 15.5g 脂質 11.7g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 263kcal 蛋白質 15.4g 脂質 12.3g 炭水化物 24.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 263kcal 蛋白質 15.6g 脂質 10.4g 炭水化物 27.5g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 260kcal 蛋白質 15.6g 脂質 11.2g 炭水化物 25.4g 食塩相当量 1.7g
栄養価計	エネルギー 778kcal 蛋白質 46.6g 脂質 33.2g 炭水化物 74.5g 食塩相当量 5.3g	エネルギー 787kcal 蛋白質 46.9g 脂質 34.4g 炭水化物 75.6g 食塩相当量 5g	エネルギー 785kcal 蛋白質 47.6g 脂質 32.6g 炭水化物 75.4g 食塩相当量 4.1g	エネルギー 796kcal 蛋白質 48.1g 脂質 33.7g 炭水化物 76.1g 食塩相当量 5.4g	エネルギー 790kcal 蛋白質 47.1g 脂質 34.5g 炭水化物 75.1g 食塩相当量 4.8g	エネルギー 791kcal 蛋白質 46.98g 脂質 34g 炭水化物 78.2g 食塩相当量 5.1g	エネルギー 778kcal 蛋白質 48g 脂質 32.5g 炭水化物 75.5g 食塩相当量 4.6g

【医食のチカラ】7月献立表

3		7月14日(月)	7月15日(火)	7月16日(水)	7月17日(木)	7月18日(金)	7月19日(土)	7月20日(日)
納品期間 7月13日 〜 7月19日	商品CD	401029	401039	401020	401031	401025	401034	401028
	朝	鶏むね肉とじゃがいも甘辛ソース	オムレツのホワイトソースがけ	茄子とマカロニのミートソース	厚揚げと根菜のそぼろあんかけ	牛肉豆腐	赤魚のバター醤油	鶏と茄子のみぞれあんかけ
		厚揚げの和風あん いんげんのおかか和え	コーン春雨炒め ポテトサラダ	キャベツのツナ和え レンコンと人参のマヨ和え	キャベツ木耳炒めと鶏の旨煮 さつまいものカニカマの甘酢あん	ツナマカロニサラダ 鶏むねチーズ	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	和風ポテトサラダ 金平ごぼう
		エネルギー 254kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 262kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 255kcal	エネルギー 253kcal	エネルギー 266kcal
		蛋白質 15.9g	蛋白質 15.4g	蛋白質 16.1g	蛋白質 15.5g	蛋白質 15.3g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.3g
		脂質 10.4g	脂質 12.3g	脂質 10.8g	脂質 10.4g	脂質 10.7g	脂質 10.5g	脂質 11.0g
		炭水化物 25.1g	炭水化物 25.0g	炭水化物 24.8g	炭水化物 28g	炭水化物 24.9g	炭水化物 25.2g	炭水化物 26.2g
		食塩相当量 1.2g	食塩相当量 1.5g	食塩相当量 1.3g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.2g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.9g
		401036	401022	401026	401018	401002	401035	401042
	昼	カレイの香草揚げ	牛もも肉のブルコギ風	魚介とそぼろのチリソースがけ	塩だれハンバーグ	タラのタルタル南蛮	豆腐のミートソースグラタン風	ホキのトマトソース
		高野豆腐のミートソースがけ キャベツと鶏のホワイトソースがけ	人参大豆たんぱく和え 玉子そぼろのせ 豆腐のカニカマ香味だれ	豆腐と玉子のかにかまあん さつまいも煮	鶏とポテトのチーズのせ ツナマカロニケチャップ	煮野菜の肉そぼろ 大豆とほうれん草のおかか和え	野菜の煮物 カニカマとツナのポテトサラダ	厚揚げキーマカレーがけ 小松菜と鶏むね肉和え
		エネルギー 267kcal	エネルギー 269kcal	エネルギー 269kcal	エネルギー 260kcal	エネルギー 265kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 268kcal
		蛋白質 15.4g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.5g	蛋白質 15.7g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.4g	蛋白質 16.1g
		脂質 10.3g	脂質 11.5g	脂質 11.7g	脂質 10.5g	脂質 10.9g	脂質 11.7g	脂質 11.3g
		炭水化物 27.9g	炭水化物 26.1g	炭水化物 25.2g	炭水化物 25.2g	炭水化物 26.9g	炭水化物 24.8g	炭水化物 25.2g
	食塩相当量 1g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.4g	食塩相当量 1.1g	
	401000	401009	401044	401004	401007	401014	401011	
タ	豚の生姜焼き	かに玉風	和風おろしハンバーグ	カレイの味噌バター風味	ガーリックチキンのトマトソースがけ	海鮮ソース焼きそば	豆腐入りつくねの中華あんかけ	
	椎茸と昆布の煮豆 人参しりしり	さつまいもと高野豆腐の煮物 れんこんと鶏の旨煮	鶏の旨煮とキャベツインゲン添え 和風ポテトサラダチーズのせ	大豆のキーマカレーがけ じゃがいもといんげんの煮物	コーンのだしあん 人参とサツマイモのツナがけ	チキンのトマトソースがけ さつまいもと高野煮	ツナと玉葱の中華和え 人参ごま和え	
	エネルギー 270kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 256kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 261kcal	
	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.5g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.3g	蛋白質 15.2g	
	脂質 11.9g	脂質 11.7g	脂質 10.4g	脂質 12g	脂質 11.7g	脂質 10.8g	脂質 11.6g	
	炭水化物 24.9g	炭水化物 24.9g	炭水化物 25.5g	炭水化物 24.9g	炭水化物 24.9g	炭水化物 25.2g	炭水化物 26.1g	
	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.5g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 0.9g	食塩相当量 1.5g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.9g	
栄養価計	エネルギー 791kcal	エネルギー 803kcal	エネルギー 787kcal	エネルギー 793kcal	エネルギー 787kcal	エネルギー 786kcal	エネルギー 795kcal	
	蛋白質 46.7g	蛋白質 46.2g	蛋白質 47.1g	蛋白質 46.8g	蛋白質 46.1g	蛋白質 46.1g	蛋白質 46.6g	
	脂質 32.6g	脂質 35.5g	脂質 32.9g	脂質 32.9g	脂質 33.3g	脂質 33g	脂質 33.9g	
	炭水化物 77.9g	炭水化物 76g	炭水化物 75.5g	炭水化物 78.1g	炭水化物 76.7g	炭水化物 75.2g	炭水化物 77.5g	
	食塩相当量 4g	食塩相当量 4.8g	食塩相当量 5.1g	食塩相当量 4.7g	食塩相当量 4.5g	食塩相当量 5g	食塩相当量 4.9g	

【医食のチカラ】7月献立表

4		7月21日(月)	7月22日(火)	7月23日(水)	7月24日(木)	7月25日(金)	7月26日(土)	7月27日(日)
納品期間 7月20日 〜 7月26日	商品CD	401033	401023	401030	401001	401019	401045	401015
	朝	タラの香味たれがけ	牛肉の甘辛煮	厚揚げと肉団子の黒酢あん	クリームシチュー	赤魚の煮付け	肉じゃが	ほうれん草オムレツの和風あん
		鶏むね肉の中華風厚あげのタルタルがけ	野菜の甘酢あんかけ 鶏むね肉の甘辛たれ	麻婆ナス キャベツツナ和え	小松菜のバターソース和え マカロニサラダ	コーンマカロニサラダ 厚揚げの豆板醤そぼろあん	鶏肉と玉子の和風仕立て 厚あげと枝豆のおろしあん	ひじき煮と大豆 いんげんのツナ甘酢あん
		エネルギー 262kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 264kcal	エネルギー 252kcal	エネルギー 265kcal	エネルギー 263kcal
		蛋白質 16.2g	蛋白質 15.5g	蛋白質 16.5g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.3g	蛋白質 15.98g	蛋白質 15.4g
		脂質 10.6g	脂質 12.0g	脂質 11.5g	脂質 11.7g	脂質 10.4g	脂質 11.3g	脂質 12.3g
		炭水化物 25.3g	炭水化物 24.8g	炭水化物 25.2g	炭水化物 24.8g	炭水化物 24.8g	炭水化物 25.8g	炭水化物 24.9g
		食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.0g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.9g
		401008	401042	401024	401003	401027	401032	401021
	昼	かつとじ風	ホキのトマトソース	鶏と彩り野菜の甘酢あんかけ	カレイのピリ辛チーズ	豆腐入り鶏肉ハンバーグの黒酢あんかけ	豆腐とじゃがいもの麻婆あんかけ	牛肉と大豆のトマトソース煮
		じゃがいもと豆腐の鶏そぼろツナマカロニサラダ	厚揚げキーマカレーがけ 小松菜と鶏むね肉和え	塩だれマカロニ 小松菜とぶなしめじのお浸し	れんこんのカレー炒め 厚揚げのバター醤油	ブロッコリーのおかかチーズ ツナポテト	人參春雨炒め 玉葱カニカマ中華サラダ	ウィンナーズバゲティ コーンと人參のマヨネーズ和え
		エネルギー 265kcal	エネルギー 268kcal	エネルギー 270kcal	エネルギー 260kcal	エネルギー 263kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 259kcal
		蛋白質 15.2g	蛋白質 16.1g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.6g	蛋白質 16.3g	蛋白質 15.2g
		脂質 11.4g	脂質 11.3g	脂質 11.5g	脂質 10.9g	脂質 10.4g	脂質 11.4g	脂質 11.5g
		炭水化物 25.5g	炭水化物 25.2g	炭水化物 25.2g	炭水化物 24.9g	炭水化物 27.5g	炭水化物 25.5g	炭水化物 25.2g
	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.1g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.2g	
	401040	401022	401017	401016	401006	401013	401010	
タ	赤魚のホワイトソース	牛もも肉のブルコギ風	ミートソースオムレツ	ポークチャップ	エビとアサリの八宝菜	チキンと大豆のミートカレー	カレイのタルタルソース	
	人參のキーマカレーがけ キャベツとツナの甘酢風	人參大豆たんぱく和え 玉子そぼろのせ 豆腐のカニカマ香味だれ	ブロッコリーとカニカマのチーズ風味 人參のごま和え	大豆と人參のツナ和え マカロニのホワイトソースがけ	玉ねぎとツナのピリ辛チーズ 南瓜煮	小松菜ごま和え ツナコーン	豆腐入りつくねのトマトソース 枝豆とコーンのレモンペッパー和え	
	エネルギー 256kcal	エネルギー 269kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 262kcal	エネルギー 260kcal	エネルギー 269kcal	エネルギー 266kcal	
	蛋白質 16.3g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.5g	蛋白質 15.7g	
	脂質 10.5g	脂質 11.5g	脂質 12.5g	脂質 11.3g	脂質 11.2g	脂質 12.3g	脂質 11.4g	
	炭水化物 25.3g	炭水化物 26.1g	炭水化物 24.9g	炭水化物 25g	炭水化物 25.4g	炭水化物 24.8g	炭水化物 25g	
	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.7g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.3g	
栄養価計	エネルギー 783kcal	エネルギー 803kcal	エネルギー 803kcal	エネルギー 786kcal	エネルギー 775kcal	エネルギー 801kcal	エネルギー 788kcal	
	蛋白質 47.7g	蛋白質 46.8g	蛋白質 46.9g	蛋白質 46.2g	蛋白質 46.5g	蛋白質 47.78g	蛋白質 46.3g	
	脂質 32.5g	脂質 34.8g	脂質 35.5g	脂質 33.9g	脂質 32g	脂質 35g	脂質 35.2g	
	炭水化物 76.1g	炭水化物 76.1g	炭水化物 75.3g	炭水化物 74.7g	炭水化物 77.7g	炭水化物 76.1g	炭水化物 75.1g	
	食塩相当量 5.3g	食塩相当量 4.8g	食塩相当量 5.3g	食塩相当量 4.6g	食塩相当量 4.9g	食塩相当量 5.1g	食塩相当量 4.4g	

【医食のチカラ】7月献立表

5		7月28日(月)	7月29日(火)	7月30日(水)	7月31日(木)	8月1日(金)	8月2日(土)	8月3日(日)
納品期間 7月27日 8月2日	商品CD	401028	401031	401020	401043	401025	401038	401029
	朝	鶏と茄子のみぞれあんかけ	厚揚げと根菜のそぼろあんかけ	茄子とマカロニのミートソース	ホキの黒酢あんかけ	牛肉豆腐	赤魚の彩り和風あんかけ	鶏むね肉とじゃがいも甘辛ソース
		和風ポテトサラダ 金平ごぼう	キャベツ木耳炒めと鶏の旨煮 さつまいものカニカマの甘酢あん	キャベツのツナ和え レンコンと人参のマヨ和え	鶏とポテトのチーズカレー ごぼうと人参のマヨネーズ和え	ツナマカロニサラダ 鶏むねチーズ	つくねの甘辛ソース うの花ひじき煮	厚揚げの和風あん いんげんのおかか和え
		エネルギー 266kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 262kcal	エネルギー 265kcal	エネルギー 255kcal	エネルギー 254kcal	エネルギー 254kcal
		蛋白質 15.3g	蛋白質 15.5g	蛋白質 16.1g	蛋白質 16.8g	蛋白質 15.3g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.9g
		脂質 11.0g	脂質 10.4g	脂質 10.8g	脂質 11g	脂質 10.7g	脂質 10.3g	脂質 10.4g
		炭水化物 26.2g	炭水化物 28g	炭水化物 24.8g	炭水化物 25.5g	炭水化物 24.9g	炭水化物 24.9g	炭水化物 25.1g
		食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.3g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.2g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.2g
		401014	401041	401032	401007	401004	401044	401039
	昼	海鮮ソース焼きそば	ビーフシチュー	豆腐とじゃがいもの麻婆あんかけ	ガーリックチキンのトマトソースがけ	カレーの味噌バター風味	和風おろしハンバーグ	オムレツのホワイトソースがけ
		チキンのトマトソースがけ さつまいもと高野煮	鶏むね肉スパゲッティ 甘酢厚揚げ	人参春雨炒め 玉葱カニカマ中華サラダ	コーンのだしあん 人参とサツマイモのツナがけ	大豆のキーマカレーがけ じゃがいもといんげんの煮物	鶏の旨煮とキャベツインゲン添え 和風ポテトサラダチーズのせ	コーン春雨炒め ポテトサラダ
		エネルギー 267kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 256kcal	エネルギー 267kcal
		蛋白質 15.3g	蛋白質 15.5g	蛋白質 16.3g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.6g	蛋白質 15.5g	蛋白質 15.4g
		脂質 10.8g	脂質 11.7g	脂質 11.4g	脂質 11.7g	脂質 12g	脂質 10.4g	脂質 12.3g
		炭水化物 25.2g	炭水化物 25.5g	炭水化物 25.5g	炭水化物 24.9g	炭水化物 24.9g	炭水化物 25.5g	炭水化物 25.0g
		食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.6g	食塩相当量 1.5g	食塩相当量 0.9g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.5g
		401011	401034	401018	401036	401035	401002	401000
	夕	豆腐入りつくねの中華あんかけ	赤魚のバター醤油	塩だれハンバーグ	カレーの香草揚げ	豆腐のミートソースグラタン風	タラのタルタル南蛮	豚の生姜焼き
		ツナと玉葱の中華和え 人参ごま和え	つくねのトマトソースがけ チーズポテトサラダ	鶏とポテトのチーズのせ ツナマカロニケチャップ	高野豆腐のミートソースがけ キャベツと鶏のホワイトソースがけ	野菜の煮物 カニカマとツナのポテトサラダ	煮野菜の肉そぼろ 大豆とほうれん草のおかか和え	椎茸と昆布の煮豆 人参しりしり
		エネルギー 261kcal	エネルギー 253kcal	エネルギー 260kcal	エネルギー 267kcal	エネルギー 266kcal	エネルギー 265kcal	エネルギー 270kcal
	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.7g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.4g	蛋白質 15.2g	蛋白質 15.4g	
	脂質 11.6g	脂質 10.5g	脂質 10.5g	脂質 10.3g	脂質 11.7g	脂質 10.9g	脂質 11.9g	
	炭水化物 26.1g	炭水化物 25.2g	炭水化物 25.2g	炭水化物 27.9g	炭水化物 24.8g	炭水化物 26.9g	炭水化物 24.9g	
	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.9g	食塩相当量 1g	食塩相当量 1.4g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 1.8g	
栄養価計	エネルギー 794kcal	エネルギー 786kcal	エネルギー 789kcal	エネルギー 799kcal	エネルギー 788kcal	エネルギー 775kcal	エネルギー 791kcal	
	蛋白質 45.8g	蛋白質 46.4g	蛋白質 48.1g	蛋白質 47.8g	蛋白質 46.3g	蛋白質 46.3g	蛋白質 46.7g	
	脂質 33.4g	脂質 32.6g	脂質 32.7g	脂質 33g	脂質 34.4g	脂質 31.6g	脂質 34.6g	
	炭水化物 77.5g	炭水化物 78.7g	炭水化物 75.5g	炭水化物 78.3g	炭水化物 74.6g	炭水化物 77.3g	炭水化物 75g	
	食塩相当量 5.6g	食塩相当量 5.3g	食塩相当量 4.8g	食塩相当量 4.3g	食塩相当量 3.5g	食塩相当量 5.3g	食塩相当量 4.5g	