

施設長	栄養士

[岡南の郷]  
2024年 1月 1日 月曜日 献立予定(実施)表

常食1500				常食1700				常食1300				糖尿1200				腎臓食 (1)				塩分6 g				常食 (ムース)			
朝食 80食				4食				4食				2食				1食				7食				20食			
■ ご飯 (普通盛)				■ ご飯 (普通盛)				■ ご飯 (小盛)				■ ご飯 (100g)				■ ご飯 (普通盛)				■ ご飯 (普通盛)				■ 全粥 (普通盛)			
水稲めし・精白 150.0g 12.0kg				—————> 600.0g				水稲めし・精白 110.0g 440.0g				水稲めし・精白 100.0g 200.0g				水稲めし・精白 150.0g 150.0g				—————> 1.1kg				水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg			
■ 雑煮風汁 (全員提供)				■ 雑煮風汁				■ 雑煮風汁				■ 雑煮風汁				■ 雑煮風汁				■ 雑煮風汁				■ 雑煮風汁			
とりもも皮なし成 20.0g 1.6kg				とりもも皮なし成 20.0g 80.0g				—————>				—————> 40.0g				蒸しかまぼこ 10.0g 10.0g				—————> 70.0g				や) チキン 15.0g 300.0g			
蒸しかまぼこ 10.0g 800.0g				蒸しかまぼこ 10.0g 40.0g				—————>				—————> 20.0g				だいこん 根皮む 30.0g 30.0g				—————> 210.0g				や) とけないだい 30.0g 600.0g			
だいこん 根皮む 30.0g 2.4kg				だいこん 根皮む 30.0g 120.0g				—————>				—————> 60.0g				にんじん 根皮む 10.0g 10.0g				—————> 70.0g				や) 温にんじん 10.0g 200.0g			
にんじん 根皮む 10.0g 800.0g				にんじん 根皮む 10.0g 40.0g				—————>				—————> 20.0g				干しいたけ・乾 1.0g 1.0g				—————> 7.0g				や) 温しいたけ 10.0g 200.0g			
干しいたけ・乾 1.0g 80.0g				干しいたけ・乾 1.0g 4.0g				—————>				—————> 2.0g				こまつな, 生 10.0g 10.0g				—————> 70.0g				や) 温こまつな 10.0g 200.0g			
こまつな, 生 10.0g 800.0g				こまつな, 生 10.0g 40.0g				—————>				—————> 20.0g				だし汁 150.0g 150.0g				—————> 1.1kg				—————> 3.0kg			
だし汁 150.0g 12.0kg				だし汁 150.0g 600.0g				—————>				—————> 300.0g				しょうゆ・こいく 6.0g 6.0g				—————> 42.0g				—————> 120.0g			
しょうゆ・こいく 6.0g 480.0g				しょうゆ・こいく 6.0g 24.0g				—————>				—————> 12.0g				合成清酒 3.0g 3.0g				—————> 21.0g				—————> 60.0g			
合成清酒 3.0g 240.0g				合成清酒 3.0g 12.0g				—————>				—————> 6.0g				みりん・本みりん 3.0g 3.0g				—————> 21.0g				—————> 60.0g			
みりん・本みりん 3.0g 240.0g				みりん・本みりん 3.0g 12.0g				—————>				—————> 6.0g				■ 八幡巻き				■ 八幡巻き				片栗粉 1.5g 30.0g			
■ 八幡巻き				■ 八幡巻き				■ 八幡巻き				■ 八幡巻き				—————> 60.0g				—————> 420.0g				■ 八幡巻き			
とりもも皮つき成 60.0g 4.8kg				—————> 240.0g				—————>				—————> 120.0g				—————> 10.0g				—————> 70.0g				や) チキン 50.0g 1.0kg			
ごぼう, 生 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g				—————> 5.0g				—————> 35.0g				や) ごぼう 終売 10.0g 200.0g			
にんじん, 根 生 5.0g 400.0g				—————> 20.0g				—————>				—————> 10.0g				—————> 5.0g				—————> 35.0g				や) 温にんじん 10.0g 200.0g			
冷 さやいんげん 5.0g 400.0g				—————> 20.0g				—————>				—————> 10.0g				—————> 3.0g				—————> 21.0g				や) 温いんげん 10.0g 200.0g			
合成清酒 3.0g 240.0g				—————> 12.0g				—————>				—————> 6.0g				—————> 3.0g				—————> 21.0g				—————> 60.0g			
しょうゆ・こいく 3.0g 240.0g				—————> 12.0g				—————>				—————> 6.0g				—————> 2.5g				—————> 17.5g				—————> 60.0g			
車糖・三温 2.5g 200.0g				—————> 10.0g				—————>				—————> 5.0g				—————> 1.0g				—————> 7.0g				—————> 50.0g			
しそ, 葉 1.0g 80.0g				—————> 4.0g				—————>				—————> 2.0g				■ 紅白なます				■ 紅白なます				片栗粉 0.5g 10.0g			
■ 紅白なます				■ 紅白なます				■ 紅白なます				■ 紅白なます				—————> 45.0g				—————> 315.0g				しそ, 葉 1.0g 20.0g			
だいこん, 根 生 45.0g 3.6kg				—————> 180.0g				—————>				—————> 90.0g				—————> 10.0g				—————> 70.0g				■ 紅白なます			
にんじん, 根 生 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g				—————> 2.0g				—————> 14.0g				や) とけないだい 45.0g 900.0g			
ゆず・生果 果皮 2.0g 160.0g				—————> 8.0g				—————>				—————> 4.0g				—————> 0.2g				—————> 1.4g				や) 温にんじん 15.0g 300.0g			
食塩 0.2g 16.0g				—————> 0.8g				—————>				—————> 0.4g				—————> 4.0g				—————> 28.0g				や) 黄ピーマン 5.0g 100.0g			
食酢・穀物酢 4.0g 320.0g				—————> 16.0g				—————>				—————> 8.0g				—————> 3.0g				—————> 21.0g				—————> 4.0g			
砂糖 3.0g 240.0g				—————> 12.0g				—————>				—————> 6.0g				■ ヤクルト400				■ ヤクルト400				—————> 80.0g			
■ 低脂肪乳				■ 低脂肪乳				■ 低脂肪乳				■ 低脂肪乳				乳酸菌飲料, 乳 130.0g 130.0g				—————> 910.0g				■ 低脂肪乳			
牛乳, 加工乳 200.0g 16.0kg				—————> 800.0g				—————>				—————> 400.0g												牛乳, 加工乳 200.0g 4.0kg			

[岡南の郷]  
2024年 1月 1日 月曜日 献立予定(実施)表

常食1500			常食1700			常食1300			糖尿1200			腎臓食 (1)			塩分6 g			常食 (ムース)		
昼食 120食			4食			3食			2食			1食			7食			20食		
■ちらし寿司			■ちらし寿司			■ちらし寿司			■ちらし寿司			■ちらし寿司			■ちらし寿司			■ちらし粥		
水稲めし・精白	140.0g	16.8kg	————>	560.0g	————>	————>	420.0g	————>	————>	280.0g	————>	————>	140.0g	————>	————>	980.0g	————>	水稲全がゆ・精	230.0g	4.6kg
しょうが 甘酢漬	10.0g	1.2kg	————>	40.0g	————>	————>	30.0g	————>	————>	20.0g	————>	————>	10.0g	————>	————>	70.0g	————>	かんびょう、水煮	7.0g	140.0g
かんびょう、水煮	7.0g	840.0g	————>	28.0g	————>	————>	21.0g	————>	————>	14.0g	————>	————>	7.0g	————>	————>	49.0g	————>	干しいたけ・乾	1.0g	20.0g
干しいたけ・乾	1.0g	120.0g	————>	4.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	1.0g	————>	————>	7.0g	————>	しょうゆ・こいく	4.0g	80.0g
しょうゆ・こいく	4.0g	480.0g	————>	16.0g	————>	————>	12.0g	————>	————>	8.0g	————>	————>	4.0g	————>	————>	28.0g	————>	車糖・三温	2.0g	40.0g
車糖・三温	2.0g	240.0g	————>	8.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	4.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	14.0g	————>	錦糸卵	7.0g	140.0g
錦糸卵	7.0g	840.0g	————>	28.0g	————>	————>	21.0g	————>	————>	14.0g	————>	————>	7.0g	————>	————>	49.0g	————>	鮭フレーク	7.0g	140.0g
鮭フレーク	7.0g	840.0g	————>	28.0g	————>	————>	21.0g	————>	————>	14.0g	————>	————>	7.0g	————>	————>	49.0g	————>	冷 絹さや	7.0g	140.0g
冷 絹さや	7.0g	840.0g	————>	28.0g	————>	————>	21.0g	————>	————>	14.0g	————>	————>	7.0g	————>	————>	49.0g	————>	あまのり、焼きの	0.5g	10.0g
あまのり、焼きの	0.5g	60.0g	————>	2.0g	————>	————>	1.5g	————>	————>	1.0g	————>	————>	0.5g	————>	————>	3.5g	————>	■筑前煮		
■筑前煮			■筑前煮			■筑前煮			■筑前煮			■筑前煮			■筑前煮			や)チキン	30.0g	600.0g
とりもも皮なし成	30.0g	3.6kg	————>	120.0g	————>	————>	90.0g	————>	————>	60.0g	————>	にんじん、根 生	15.0g	15.0g	————>	105.0g	————>	や)温れんこん	10.0g	200.0g
にんじん、根 生	15.0g	1.8kg	————>	60.0g	————>	————>	45.0g	————>	————>	30.0g	————>	はず、れんこん	20.0g	20.0g	————>	140.0g	————>	や)温にんじん	10.0g	200.0g
はず、れんこん	20.0g	2.4kg	————>	80.0g	————>	————>	60.0g	————>	————>	40.0g	————>	たけのこ、水煮缶	20.0g	20.0g	————>	140.0g	————>	や)温しいたけ	10.0g	200.0g
たけのこ、水煮缶	20.0g	2.4kg	————>	80.0g	————>	————>	60.0g	————>	————>	40.0g	————>	生しいたけ 生	10.0g	10.0g	————>	70.0g	————>	や)温いんげん	10.0g	200.0g
生しいたけ 生	10.0g	1.2kg	————>	40.0g	————>	————>	30.0g	————>	————>	20.0g	————>	しょうゆ・こいく	5.0g	5.0g	————>	35.0g	————>	しょうゆ・こいく	5.0g	100.0g
しょうゆ・こいく	5.0g	600.0g	————>	20.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	10.0g	————>	車糖・三温	3.0g	3.0g	————>	21.0g	————>	車糖・三温	3.0g	60.0g
車糖・三温	3.0g	360.0g	————>	12.0g	————>	————>	9.0g	————>	————>	6.0g	————>	合成清酒	5.0g	5.0g	————>	35.0g	————>	合成清酒	5.0g	100.0g
合成清酒	5.0g	600.0g	————>	20.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	10.0g	————>	みりん・本みりん	2.0g	2.0g	————>	14.0g	————>	みりん・本みりん	2.0g	40.0g
みりん・本みりん	2.0g	240.0g	————>	8.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	4.0g	————>	植物油	2.0g	2.0g	————>	14.0g	————>	植物油	2.0g	40.0g
植物油	2.0g	240.0g	————>	8.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	4.0g	————>	冷 絹さや	5.0g	5.0g	————>	35.0g	————>	片栗粉	0.5g	10.0g
冷 絹さや	5.0g	600.0g	————>	20.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	10.0g	————>	■元旦用口取			■元旦用口取			■元旦用口取		
■元旦用口取			■元旦用口取			■元旦用口取			■元旦用口取			————>	30.0g	————>	————>	210.0g	————>	蒸しかまぼこ	20.0g	400.0g
蒸しかまぼこ	30.0g	3.6kg	————>	120.0g	————>	————>	90.0g	————>	————>	60.0g	————>	————>	25.0g	————>	————>	175.0g	————>	だし汁	15.0g	300.0g
昆布巻き	25.0g	3.0kg	————>	100.0g	————>	————>	75.0g	————>	————>	50.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	105.0g	————>	ソフティア2	0.2g	4.0g
味付け数の子	15.0g	1.8kg	————>	60.0g	————>	————>	45.0g	————>	————>	30.0g	————>	————>	0.3g	————>	————>	2.1g	————>	昆布巻き	20.0g	400.0g
かつお節	0.3g	36.0g	————>	1.2g	————>	————>	0.9g	————>	————>	0.6g	————>	■卵豆腐			■卵豆腐			だし汁	15.0g	300.0g
■卵豆腐			■卵豆腐			■卵豆腐			■卵豆腐			————>	40.0g	————>	————>	280.0g	————>	ソフティア2	0.2g	4.0g
鶏卵、卵豆腐	40.0g	4.8kg	————>	160.0g	————>	————>	120.0g	————>	————>	80.0g	————>	みつば、糸みつば	3.0g	3.0g	————>	21.0g	————>	■卵豆腐		
イクラ	5.0g	600.0g	————>	20.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	10.0g	————>	■くりきんとん (デザート)			■くりきんとん (デザート)			————>		800.0g
みつば、糸みつば	3.0g	360.0g	————>	12.0g	————>	————>	9.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	50.0g	————>	————>	350.0g	————>	イクラ	5.0g	100.0g
■くりきんとん (デザート)			■くりきんとん (デザート)			■くりきんとん (デザート)			■くりきんとん (デザート)									■くりきんとん (デザート)		
栗きんとん	50.0g	6.0kg	————>	200.0g	————>	————>	150.0g	————>	————>	100.0g	————>							————>		1.0kg

[岡南の郷]

2024年 1月 1日 月曜日 献立予定(実施)表

常食1500				常食1700				常食1300				糖尿1200				腎臓食 (1)				塩分6g				常食 (ムース)			
夕食				80食				4食				4食				2食				1食				7食			
■ご飯(普通盛)				■ご飯(普通盛)				■ご飯(小盛)				■ご飯(100g)				■ご飯(普通盛)				■ご飯(普通盛)				■全粥(普通盛)			
水稻めし・精白	150.0g	12.0kg		———>		600.0g		水稻めし・精白	110.0g	440.0g		水稻めし・精白	100.0g	200.0g		水稻めし・精白	150.0g	150.0g		———>		1.1kg		水稻全がゆ・精	250.0g	5.0kg	
■味噌汁				■味噌汁				■味噌汁				■味噌汁				■刺身				■刺身				■味噌汁			
あまえび 生	10.0g	800.0g		———>		40.0g		———>				———>		20.0g		さくらます・生	20.0g	20.0g		———>		140.0g		や)えび	15.0g	300.0g	
ねぎ、葉ねぎ	7.0g	560.0g		———>		28.0g		———>				———>		14.0g		ほたてが い 貝柱	20.0g	20.0g		———>		140.0g		や)温キャベツ	15.0g	300.0g	
淡色辛みそ	9.0g	720.0g		———>		36.0g		———>				———>		18.0g		とびこ	5.0g	5.0g		———>		35.0g		淡色辛みそ	9.0g	180.0g	
だし汁	150.0g	12.0kg		———>		600.0g		———>				———>		300.0g		あまえび 生	20.0g	20.0g		———>		140.0g		だし汁	150.0g	3.0kg	
■刺身				■刺身				■刺身				■刺身				しそ、葉				———>				■刺身			
さくらます・生	20.0g	1.6kg		———>		80.0g		———>				———>		40.0g		だいこん、根 生	30.0g	30.0g		———>		210.0g		きはだまぐろ 生	60.0g	1.2kg	
ほたてが い 貝柱	20.0g	1.6kg		———>		80.0g		———>				———>		40.0g		減塩しょうゆ	5.0g	5.0g		———>		35.0g		とびこ	5.0g	100.0g	
とびこ	5.0g	400.0g		———>		20.0g		———>				———>		10.0g		粉わさび・からし	0.3g	0.3g		———>		2.1g		しそ、葉	1.0g	20.0g	
あまえび 生	20.0g	1.6kg		———>		80.0g		———>				———>		40.0g		■のっぺい				■のっぺい				減塩しょうゆ			
しそ、葉	1.0g	80.0g		———>		4.0g		———>				———>		2.0g		冷 さといも	45.0g	45.0g		———>		315.0g		合成清酒	3.0g	60.0g	
だいこん、根 生	30.0g	2.4kg		———>		120.0g		———>				———>		60.0g		にんじん、根 生	15.0g	15.0g		———>		105.0g		■のっぺい			
減塩しょうゆ	5.0g	400.0g		———>		20.0g		———>				———>		10.0g		干しいたけ・乾	1.0g	1.0g		———>		7.0g		や)温さといも	40.0g	800.0g	
粉わさび・からし	0.3g	24.0g		———>		1.2g		———>				———>		0.6g		ほたてが い貝柱缶	7.0g	7.0g		———>		49.0g		や)温にんじん	10.0g	200.0g	
■のっぺい				■のっぺい				■のっぺい				■のっぺい				ぎんなん・ゆで				———>				28.0g			
冷 さといも	45.0g	3.6kg		———>		180.0g		———>				———>		90.0g		しょうゆ・こいく	3.0g	3.0g		———>		21.0g		ほたてが い貝柱缶	7.0g	140.0g	
にんじん、根 生	15.0g	1.2kg		———>		60.0g		———>				———>		30.0g		車糖・三温	2.0g	2.0g		———>		14.0g		や)黄ピーマン	10.0g	200.0g	
焼き竹輪	10.0g	800.0g		———>		40.0g		———>				———>		20.0g		合成清酒	2.0g	2.0g		———>		14.0g		しょうゆ・こいく	3.0g	60.0g	
干しいたけ・乾	1.0g	80.0g		———>		4.0g		———>				———>		2.0g		片栗粉	1.0g	1.0g		———>		7.0g		車糖・三温	2.0g	40.0g	
ほたてが い貝柱缶	7.0g	560.0g		———>		28.0g		———>				———>		14.0g		冷 絹さや	5.0g	5.0g		———>		35.0g		合成清酒	2.0g	40.0g	
ぎんなん・ゆで	4.0g	320.0g		———>		16.0g		———>				———>		8.0g		■元旦用口取				■元旦用口取				片栗粉			
しょうゆ・こいく	3.0g	240.0g		———>		12.0g		———>				———>		6.0g		だて巻	30.0g	30.0g		———>		210.0g		や)温こまつな	10.0g	200.0g	
車糖・三温	2.0g	160.0g		———>		8.0g		———>				———>		4.0g		黒豆・煮豆	25.0g	25.0g		———>		175.0g		■元旦用口取			
合成清酒	2.0g	160.0g		———>		8.0g		———>				———>		4.0g		———>				———>				だて巻			
片栗粉	1.0g	80.0g		———>		4.0g		———>				———>		2.0g										水			
冷 絹さや	5.0g	400.0g		———>		20.0g		———>				———>		10.0g										みりん・本みりん			
■元旦用口取				■元旦用口取				■元旦用口取				■元旦用口取												ソフティア2			
だて巻	30.0g	2.4kg		———>		120.0g		———>				———>		60.0g										黒豆・煮豆			
黒豆・煮豆	25.0g	2.0kg		———>		100.0g		———>				———>		50.0g										水			
																								ソフティア2			
																								0.2g			
																								4.0g			

施設長	栄養士

[岡南の郷]  
2024年 1月 2日 火曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6 g	常食 (ムース)
朝食 80食	4食	4食	2食	1食	7食	20食
■みそ雑炊 精白米 50.0g 4.0kg だいこん, 根 生 20.0g 1.6kg にんじん, 根 生 10.0g 800.0g 鶏卵, 全卵 生 20.0g 1.6kg みつば, 糸みつば 5.0g 400.0g 淡色辛みそ 10.0g 800.0g 風味調味料 1.0g 80.0g	■みそ雑炊 —————> 200.0g —————> 80.0g —————> 40.0g —————> 80.0g —————> 20.0g —————> 40.0g —————> 4.0g	■みそ卵雑炊 精白米 40.0g 160.0g だいこん, 根 生 20.0g 80.0g にんじん, 根 生 10.0g 40.0g 鶏卵, 全卵 生 20.0g 80.0g みつば, 糸みつば 5.0g 20.0g 淡色辛みそ 10.0g 40.0g 風味調味料 1.0g 4.0g	■みそ雑炊 精白米 40.0g 80.0g だいこん, 根 生 20.0g 40.0g にんじん, 根 生 10.0g 20.0g 鶏卵, 全卵 生 20.0g 40.0g みつば, 糸みつば 5.0g 10.0g 淡色辛みそ 10.0g 20.0g 風味調味料 1.0g 2.0g	■みそ雑炊 精白米 50.0g 50.0g —————> 20.0g —————> 10.0g —————> 20.0g —————> 5.0g 淡色辛みそ 5.0g 5.0g —————> 1.0g	■みそ雑炊 —————> 350.0g —————> 140.0g —————> 70.0g —————> 140.0g —————> 35.0g —————> 35.0g —————> 7.0g	■みそ雑炊 精白米 40.0g 800.0g —————> 400.0g —————> 200.0g —————> 400.0g —————> 100.0g 淡色辛みそ 10.0g 200.0g —————> 20.0g
■オムレツ 冷 プレーンオム 40.0g 3.2kg トマトケチャップ 5.0g 400.0g	■オムレツ —————> 160.0g —————> 20.0g	■オムレツ —————> —————>	■オムレツ —————> 80.0g —————> 10.0g	■オムレツ —————> 40.0g —————> 5.0g	■オムレツ —————> 280.0g —————> 35.0g	■オムレツ —————> 800.0g —————> 100.0g
■磯まぶし もやし, 緑豆もや 40.0g 3.2kg チンゲンツァイ, 10.0g 800.0g かに蒲 淡雪 10.0g 800.0g 白だし 1.0g 80.0g 減塩しょうゆ 1.5g 120.0g きざみのり 0.1g 8.0g	■磯まぶし —————> 160.0g —————> 40.0g —————> 40.0g —————> 4.0g —————> 6.0g —————> 0.4g	■磯まぶし —————> —————> —————> —————> —————> —————>	■磯まぶし —————> 80.0g —————> 20.0g —————> 20.0g —————> 2.0g —————> 3.0g —————> 0.2g	■磯まぶし —————> 40.0g —————> 10.0g —————> 10.0g —————> 1.0g —————> 1.5g —————> 0.1g	■磯まぶし —————> 280.0g —————> 70.0g —————> 70.0g —————> 7.0g —————> 10.5g —————> 0.7g	■磯まぶし や)冷ほうれんそ 20.0g 400.0g や)冷にんじん 20.0g 400.0g 白だし 0.4g 8.0g のり佃煮 8.0g 160.0g
■低脂肪乳 牛乳, 加工乳 200.0g 16.0kg	■低脂肪乳 —————> 800.0g	■低脂肪乳 —————>	■低脂肪乳 —————> 400.0g	■ヤクルト400 乳酸菌飲料, 乳製 86.0g 86.0g	■低脂肪乳 牛乳, 加工乳 200.0g 1.4kg	■低脂肪乳 —————> 4.0kg

[岡南の郷]

2024年 1月 2日 火曜日 献立予定(実施)表

常食1500			常食1700			常食1300			糖尿1200			腎臓食 (1)			塩分6g			常食 (ムース)		
昼食 120食			4食			3食			2食			1食			7食			20食		
■ ご飯(普通盛)			■ ご飯(普通盛)			■ ご飯(小盛)			■ ご飯(100g)			■ ご飯(普通盛)			■ ご飯(普通盛)			■ 全粥(普通盛)		
水稲めし・精白	150.0g	18.0kg	—————>		600.0g	水稲めし・精白	110.0g	330.0g	水稲めし・精白	100.0g	200.0g	水稲めし・精白	150.0g	150.0g	—————>		1.1kg	水稲全がゆ・精	250.0g	5.0kg
■ 松風焼			■ 松風焼			■ 松風焼			■ 松風焼			■ 松風焼			■ 松風焼			■ 松風焼		
とり、ひき肉	50.0g	6.0kg	—————>		200.0g	—————>		150.0g	—————>		100.0g	とり、ひき肉	35.0g	35.0g	とり、ひき肉	50.0g	350.0g	や)チキン	40.0g	800.0g
豆腐(木綿)	30.0g	3.6kg	—————>		120.0g	—————>		90.0g	—————>		60.0g	豆腐(木綿)	20.0g	20.0g	豆腐(木綿)	30.0g	210.0g	豆腐(絹ごし)	20.0g	400.0g
ねぎ、根深ねぎ	20.0g	2.4kg	—————>		80.0g	—————>		60.0g	—————>		40.0g	ねぎ、根深ねぎ	15.0g	15.0g	ねぎ、根深ねぎ	20.0g	140.0g	植物油	0.5g	10.0g
植物油	1.0g	120.0g	—————>		4.0g	—————>		3.0g	—————>		2.0g	植物油	0.6g	0.6g	植物油	1.0g	7.0g	淡色辛みそ	5.0g	100.0g
鶏卵、全卵 生	5.0g	600.0g	—————>		20.0g	—————>		15.0g	—————>		10.0g	鶏卵、全卵 生	3.5g	3.5g	鶏卵、全卵 生	5.0g	35.0g	合成清酒	2.5g	50.0g
淡色辛みそ	5.0g	600.0g	—————>		20.0g	—————>		15.0g	—————>		10.0g	淡色辛みそ	3.5g	3.5g	淡色辛みそ	5.0g	35.0g	ねりごま	2.0g	40.0g
合成清酒	2.5g	300.0g	—————>		10.0g	—————>		7.5g	—————>		5.0g	合成清酒	1.5g	1.5g	合成清酒	2.5g	17.5g	水	15.0g	300.0g
ねりごま	2.0g	240.0g	—————>		8.0g	—————>		6.0g	—————>		4.0g	ねりごま	1.5g	1.5g	ねりごま	2.0g	14.0g	片栗粉	0.5g	10.0g
片栗粉	1.0g	120.0g	—————>		4.0g	—————>		3.0g	—————>		2.0g	片栗粉	0.5g	0.5g	片栗粉	1.0g	7.0g	■ 付合せ オクラ		
■ 付合せ オクラ			■ 付合せ オクラ			■ 付合せ オクラ			■ 付合せ オクラ			■ 付合せ オクラ			■ 付合せ オクラ			や)温こまつな		
オクラ、生	20.0g	2.4kg	—————>		80.0g	—————>		60.0g	—————>		40.0g	—————>		20.0g	—————>		140.0g	—————>		20.0g
めんつゆ 三倍濃	1.0g	120.0g	—————>		4.0g	—————>		3.0g	—————>		2.0g	—————>		1.0g	—————>		7.0g	■ クリーム煮		
■ クリーム煮			■ クリーム煮			■ クリーム煮			■ クリーム煮			■ クリーム煮			■ クリーム煮			や)温こまつな		
ブロッコリー、花	40.0g	4.8kg	—————>		160.0g	—————>		120.0g	—————>		80.0g	—————>		40.0g	—————>		280.0g	や)温にんじん		
にんじん 根皮む	10.0g	1.2kg	—————>		40.0g	—————>		30.0g	—————>		20.0g	—————>		10.0g	—————>		70.0g	水		
マッシュルーム・	7.0g	840.0g	—————>		28.0g	—————>		21.0g	—————>		14.0g	—————>		7.0g	—————>		49.0g	牛乳、普通牛乳		
冷 ホールコーン	7.0g	840.0g	—————>		28.0g	—————>		21.0g	—————>		14.0g	—————>		7.0g	—————>		49.0g	クリームシチュー(		
水	20.0g	2.4kg	—————>		80.0g	—————>		60.0g	—————>		40.0g	—————>		20.0g	—————>		140.0g	バター		
牛乳、普通牛乳	10.0g	1.2kg	—————>		40.0g	—————>		30.0g	—————>		20.0g	—————>		10.0g	—————>		70.0g	■ しその実和え		
クリームシチュー(	7.0g	840.0g	—————>		28.0g	—————>		21.0g	—————>		14.0g	—————>		7.0g	—————>		49.0g	もやし、大豆もや		
バター	4.0g	480.0g	—————>		16.0g	—————>		12.0g	—————>		8.0g	バター	4.0g	4.0g	—————>		28.0g	きゅうり、生		
■ しその実和え			■ しその実和え			■ しその実和え			■ しその実和え			■ しその実和え			■ しその実和え			しょうゆ・こいく		
もやし、大豆もや	25.0g	3.0kg	—————>		100.0g	—————>		75.0g	—————>		50.0g	—————>		25.0g	—————>		175.0g	しそ、実		
きゅうり、生	5.0g	600.0g	—————>		20.0g	—————>		15.0g	しょうゆ・こいく	0.5g	1.0g	—————>		5.0g	—————>		35.0g	水		
しょうゆ・こいく	0.5g	60.0g	しょうゆ・こいく	----	----	—————>		15.0g	—————>		10.0g	—————>		0.5g	—————>		3.5g	ソフティア2		
しそ、実	5.0g	600.0g	—————>		20.0g	—————>		15.0g	■ フルーツカクテル			—————>		5.0g	—————>		35.0g	■ みかんゼリー		
■ フルーツカクテル			■ フルーツカクテル			■ フルーツカクテル			—————>		100.0g	■ フルーツカクテル			■ フルーツカクテル			うんしゅうみかん		
フルーツカクテル	50.0g	6.0kg	—————>		200.0g	—————>		150.0g	—————>		100.0g	—————>		50.0g	—————>		350.0g	砂糖		
																		ぶた、ゼラチン		
																		てんぐさ、寒天		
																		0.1g		
																		2.0g		

[岡南の郷]  
2024年 1月 2日 火曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6g	常食 (ムース)
夕食 80食	4食	4食	2食	1食	7食	20食
■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 12.0kg	■ご飯(普通盛) —————> 600.0g	■ご飯(小盛) 水稲めし・精白 110.0g 440.0g	■ご飯(100g) 水稲めし・精白 100.0g 200.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 150.0g	■ご飯(普通盛) —————> 1.1kg	■全粥(普通盛) 水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg
■中華スープ 生しいたけ 生 10.0g 800.0g ほたてが貝柱缶 10.0g 800.0g ねぎ、葉ねぎ 10.0g 800.0g 水 150.0g 12.0kg 合成清酒 3.0g 240.0g 中華あじ(顆粒) 1.2g 96.0g 食塩 0.3g 24.0g こしょう・白 適量 4.0g 片栗粉 0.5g 40.0g	■中華スープ —————> 40.0g —————> 40.0g —————> 40.0g —————> 600.0g —————> 12.0g —————> 4.8g —————> 1.2g —————> 0.2g —————> 2.0g	■中華スープ —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————>	■中華スープ —————> 20.0g —————> 20.0g —————> 20.0g —————> 300.0g —————> 6.0g —————> 2.4g —————> 0.6g —————> 0.1g —————> 1.0g	■メバルの味噌漬け めばる 生 60.0g 60.0g 淡色辛みそ 6.0g 6.0g 砂糖 1.0g 1.0g 合成清酒 3.0g 3.0g しょうゆ・こいく 1.0g 1.0g みりん・本みりん 3.0g 3.0g ■付け合せ 揚げなす なす、果実 生 30.0g 30.0g 植物油 5.0g 5.0g 減塩しょうゆ 1.5g 1.5g	■メバルの味噌漬け —————> 420.0g —————> 42.0g —————> 7.0g —————> 21.0g —————> 7.0g —————> 21.0g ■付け合せ 揚げなす —————> 210.0g —————> 35.0g	■メバルの味噌漬け や)白身 ———> 淡色辛みそ 6.0g 120.0g 砂糖 1.0g 20.0g 合成清酒 3.0g 60.0g しょうゆ・こいく 1.0g 20.0g みりん・本みりん 3.0g 60.0g ■付け合せ 揚げなす や)とけないなす 30.0g 600.0g 減塩しょうゆ 1.5g 30.0g ■南瓜の小倉煮 や)温かぼちゃ 35.0g 700.0g 小豆・こしあん 10.0g 200.0g 車糖・三温 2.5g 50.0g しょうゆ・こいく 2.0g 40.0g 食塩 0.1g 2.0g ■コールスローサラダ キャベツ、生 20.0g 400.0g たまねぎ、生 3.5g 70.0g にんじん、根 生 3.5g 70.0g ぶた、ハム ロー 3.5g 70.0g パセリ 乾 0.3g 6.0g 水 10.0g 200.0g ソフティア2 0.2g 4.0g マヨネーズ・全卵 4.0g 80.0g 砂糖 2.0g 40.0g 食酢・穀物酢 2.0g 40.0g
■メバルの味噌漬け めばる 生 60.0g 4.8kg 淡色辛みそ 6.0g 480.0g 砂糖 1.0g 80.0g 合成清酒 3.0g 240.0g しょうゆ・こいく 1.0g 80.0g みりん・本みりん 3.0g 240.0g	■メバルの味噌漬け —————> 240.0g —————> 24.0g —————> 4.0g —————> 12.0g —————> 4.0g —————> 12.0g	■メバルの味噌漬け —————> —————> —————> —————> —————> —————>	■メバルの味噌漬け —————> 120.0g —————> 12.0g —————> 2.0g —————> 6.0g —————> 2.0g —————> 6.0g	■南瓜の小倉煮 西洋かぼちゃ、生 35.0g 35.0g ゆで小豆缶詰 10.0g 10.0g 車糖・三温 2.5g 2.5g しょうゆ・こいく 2.0g 2.0g 食塩 0.1g 0.1g	■南瓜の小倉煮 —————> 245.0g —————> 70.0g —————> 17.5g —————> 14.0g —————> 0.7g	■メバルの味噌漬け や)白身 ———> 淡色辛みそ 6.0g 120.0g 砂糖 1.0g 20.0g 合成清酒 3.0g 60.0g しょうゆ・こいく 1.0g 20.0g みりん・本みりん 3.0g 60.0g ■付け合せ 揚げなす や)とけないなす 30.0g 600.0g 減塩しょうゆ 1.5g 30.0g ■南瓜の小倉煮 や)温かぼちゃ 35.0g 700.0g 小豆・こしあん 10.0g 200.0g 車糖・三温 2.5g 50.0g しょうゆ・こいく 2.0g 40.0g 食塩 0.1g 2.0g ■コールスローサラダ キャベツ、生 20.0g 400.0g たまねぎ、生 3.5g 70.0g にんじん、根 生 3.5g 70.0g ぶた、ハム ロー 3.5g 70.0g パセリ 乾 0.3g 6.0g 水 10.0g 200.0g ソフティア2 0.2g 4.0g マヨネーズ・全卵 4.0g 80.0g 砂糖 2.0g 40.0g 食酢・穀物酢 2.0g 40.0g
■付け合せ 揚げなす なす、果実 生 30.0g 2.4kg 植物油 5.0g 400.0g 減塩しょうゆ 1.5g 120.0g	■付け合せ 揚げなす —————> 120.0g —————> 20.0g —————> 6.0g	■付け合せ 揚げなす —————> 減塩しょうゆ 1.5g 6.0g ■南瓜の小倉煮 —————> —————> —————> —————> —————>	■付け合せ 揚げなす —————> 60.0g —————> 3.0g ■南瓜の小倉煮 西洋かぼちゃ、生 30.0g 60.0g ゆで小豆缶詰 8.0g 16.0g —————> 5.0g —————> 4.0g —————> 0.2g	■コールスローサラダ キャベツ、生 40.0g 40.0g たまねぎ、生 7.0g 7.0g にんじん、根 生 7.0g 7.0g ぶた、ハム ロー 7.0g 7.0g パセリ 乾 0.3g 0.3g マヨネーズ・全卵 4.0g 4.0g 砂糖 2.0g 2.0g 食酢・穀物酢 2.0g 2.0g	■付け合せ 揚げなす —————> 280.0g —————> 49.0g —————> 49.0g パセリ 乾 0.3g 2.1g マヨネーズ・全卵 4.0g 28.0g 砂糖 2.0g 14.0g 食酢・穀物酢 2.0g 14.0g	■付け合せ 揚げなす や)とけないなす 30.0g 600.0g 減塩しょうゆ 1.5g 30.0g ■南瓜の小倉煮 や)温かぼちゃ 35.0g 700.0g 小豆・こしあん 10.0g 200.0g 車糖・三温 2.5g 50.0g しょうゆ・こいく 2.0g 40.0g 食塩 0.1g 2.0g ■コールスローサラダ キャベツ、生 20.0g 400.0g たまねぎ、生 3.5g 70.0g にんじん、根 生 3.5g 70.0g ぶた、ハム ロー 3.5g 70.0g パセリ 乾 0.3g 6.0g 水 10.0g 200.0g ソフティア2 0.2g 4.0g マヨネーズ・全卵 4.0g 80.0g 砂糖 2.0g 40.0g 食酢・穀物酢 2.0g 40.0g
■南瓜の小倉煮 西洋かぼちゃ、生 35.0g 2.8kg ゆで小豆缶詰 10.0g 800.0g 車糖・三温 2.5g 200.0g しょうゆ・こいく 2.0g 160.0g 食塩 0.1g 8.0g	■南瓜の小倉煮 —————> 140.0g —————> 40.0g —————> 10.0g —————> 8.0g —————> 0.4g	■南瓜の小倉煮 —————> —————> —————> —————> —————>	■南瓜の小倉煮 西洋かぼちゃ、生 30.0g 60.0g ゆで小豆缶詰 8.0g 16.0g —————> 5.0g —————> 4.0g —————> 0.2g	■コールスローサラダ —————> 80.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 0.6g —————> 8.0g —————> 4.0g —————> 4.0g	■コールスローサラダ —————> 280.0g —————> 49.0g —————> 49.0g パセリ 乾 0.3g 2.1g マヨネーズ・全卵 4.0g 28.0g 砂糖 2.0g 14.0g 食酢・穀物酢 2.0g 14.0g	■コールスローサラダ —————> 280.0g —————> 49.0g —————> 49.0g パセリ 乾 0.3g 2.1g マヨネーズ・全卵 4.0g 28.0g 砂糖 2.0g 14.0g 食酢・穀物酢 2.0g 14.0g
■コールスローサラダ キャベツ、生 40.0g 3.2kg たまねぎ、生 7.0g 560.0g にんじん、根 生 7.0g 560.0g ぶた、ハム ロー 7.0g 560.0g パセリ 乾 0.3g 24.0g マヨネーズ・全卵 4.0g 320.0g 砂糖 2.0g 160.0g 食酢・穀物酢 2.0g 160.0g	■コールスローサラダ —————> 160.0g —————> 28.0g —————> 28.0g —————> 28.0g —————> 1.2g マヨネーズ・全卵 8.0g 32.0g —————> 8.0g —————> 8.0g	■コールスローサラダ —————> —————> —————> —————> マヨネーズ・全卵 4.0g 16.0g —————> —————>	■コールスローサラダ —————> 80.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 0.6g —————> 8.0g —————> 4.0g —————> 4.0g	■コールスローサラダ —————> 80.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 0.6g —————> 8.0g —————> 4.0g —————> 4.0g	■コールスローサラダ —————> 280.0g —————> 49.0g —————> 49.0g パセリ 乾 0.3g 2.1g マヨネーズ・全卵 4.0g 28.0g 砂糖 2.0g 14.0g 食酢・穀物酢 2.0g 14.0g	■コールスローサラダ —————> 280.0g —————> 49.0g —————> 49.0g パセリ 乾 0.3g 2.1g マヨネーズ・全卵 4.0g 28.0g 砂糖 2.0g 14.0g 食酢・穀物酢 2.0g 14.0g

施設長	栄養士

[岡南の郷]  
2024年 1月 3日 水曜日 献立予定(実施)表

常食1500				常食1700				常食1300				糖尿1200				腎臓食 (1)				塩分6 g				常食 (ムース)			
朝食				4食				4食				2食				1食				7食				20食			
■ ご飯(普通盛)				■ ご飯(普通盛)				■ ご飯(小盛)				■ ご飯(100g)				■ ご飯(普通盛)				■ ご飯(普通盛)				■ 全粥(普通盛)			
水稲めし・精白	150.0g	12.0kg		—————>		600.0g		水稲めし・精白	110.0g	440.0g		水稲めし・精白	100.0g	200.0g		水稲めし・精白	150.0g	150.0g		—————>		1.1kg		水稲全がゆ・精	250.0g	5.0kg	
■ 味噌汁				■ 味噌汁				■ 味噌汁				■ 味噌汁				■ 納豆				■ 納豆				■ 味噌汁			
なめこ・生	15.0g	1.2kg		—————>		60.0g		—————>				—————>		30.0g		納豆・糸引納豆	30.0g	30.0g		納豆・糸引納豆	40.0g	280.0g		なめこ・生	15.0g	300.0g	
ねぎ、根深ねぎ	10.0g	800.0g		—————>		40.0g		—————>				—————>		20.0g		ねぎ、根深ねぎ	5.0g	5.0g		—————>		35.0g		ねぎ、根深ねぎ	10.0g	200.0g	
淡色辛みそ	6.5g	520.0g		—————>		26.0g		—————>				—————>		13.0g		減塩しょうゆ	4.0g	4.0g		減塩しょうゆ	2.0g	14.0g		淡色辛みそ	6.5g	130.0g	
風味調味料	1.0g	80.0g		—————>		4.0g		—————>				—————>		2.0g		■ 含め煮				■ 含め煮				風味調味料	1.0g	20.0g	
水	150.0g	12.0kg		—————>		600.0g		—————>				—————>		300.0g		冷 えびしんじょ	15.0g	15.0g		—————>		105.0g		水	150.0g	3.0kg	
■ 納豆				■ 納豆				■ 納豆				■ 納豆				だいこん、根 生	20.0g	20.0g		—————>		140.0g		ソフティア2	1.6g	32.0g	
納豆・糸引納豆	40.0g	3.2kg		—————>		160.0g		—————>				—————>		80.0g		しめじ・ほんしめ	15.0g	15.0g		—————>		105.0g		■ 卵豆腐			
ねぎ、根深ねぎ	5.0g	400.0g		—————>		20.0g		—————>				—————>		10.0g		さやいんげん、生	5.0g	5.0g		—————>		35.0g		鶏卵、卵豆腐	60.0g	1.2kg	
減塩しょうゆ	4.0g	320.0g		—————>		16.0g		—————>				—————>		8.0g		しょうゆ・こいく	4.0g	4.0g		—————>		28.0g		■ 含め煮			
■ 含め煮				■ 含め煮				■ 含め煮				■ 含め煮				合成清酒	2.0g	2.0g		合成清酒	3.0g	21.0g		や)えび	15.0g	300.0g	
冷 えびしんじょ	15.0g	1.2kg		—————>		60.0g		—————>				—————>		30.0g		みりん・本みりん	2.0g	2.0g		—————>		14.0g		や)温しいたけ	10.0g	200.0g	
だいこん、根 生	20.0g	1.6kg		—————>		80.0g		—————>				—————>		40.0g		■ 漬物				■ 漬物				や)温じゃがいも	10.0g	200.0g	
しめじ・ほんしめ	15.0g	1.2kg		—————>		60.0g		—————>				—————>		30.0g		きゅうり、ぬかみ	10.0g	10.0g		きゅうり、ぬかみ	5.0g	35.0g		や)温いんげん	10.0g	200.0g	
さやいんげん、生	5.0g	400.0g		—————>		20.0g		—————>				—————>		10.0g		■ ヤクルト400				■ 低脂肪乳				しょうゆ・こいく	4.0g	80.0g	
しょうゆ・こいく	4.0g	320.0g		—————>		16.0g		—————>				—————>		8.0g		乳酸菌飲料、乳製	86.0g	86.0g		牛乳、加工乳	200.0g	1.4kg		合成清酒	2.0g	40.0g	
合成清酒	2.0g	160.0g		—————>		8.0g		—————>				—————>		4.0g										みりん・本みりん	2.0g	40.0g	
みりん・本みりん	2.0g	160.0g		—————>		8.0g		—————>				—————>		4.0g										片栗粉	0.5g	10.0g	
■ 漬物				■ 漬物				■ 漬物				■ 漬物												■ 鯛みそ			
きゅうり、ぬかみ	10.0g	800.0g		—————>		40.0g		—————>				—————>		20.0g										鯛みそ	8.0g	160.0g	
■ 低脂肪乳				■ 低脂肪乳				■ 低脂肪乳				■ 低脂肪乳												■ 低脂肪乳			
牛乳、加工乳	200.0g	16.0kg		—————>		800.0g		—————>				—————>		400.0g										牛乳、加工乳	200.0g	4.0kg	

[岡南の郷]

2024年 1月 3日 水曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6g	常食 (ムース)
昼食 120食	4食	3食	2食	1食	7食	20食
■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 18.0kg	■ご飯(普通盛) —————> 600.0g	■ご飯(小盛) 水稲めし・精白 110.0g 330.0g	■ご飯(100g) 水稲めし・精白 100.0g 200.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 150.0g	■ご飯(普通盛) —————> 1.1kg	■全粥(普通盛) 水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg
■ブリ大根 ぶり 生(切り身 60.0g 7.2kg	■ブリ大根 —————> 240.0g	■ブリ大根 ぶり 生(切り身 30.0g 90.0g	■ブリ大根 —————> 60.0g	■ブリ大根 ぶり 生(切り身 60.0g 60.0g	■ブリ大根 —————> 420.0g	■ブリ大根 や)あぶらがれい 40.0g 800.0g
合成清酒 5.0g 600.0g	—————> 20.0g	—————> 15.0g	—————> 10.0g	—————> 5.0g	—————> 35.0g	や)とけないだい 40.0g 800.0g
車糖・三温 2.5g 300.0g	—————> 10.0g	—————> 7.5g	—————> 5.0g	—————> 2.5g	—————> 17.5g	や)温にんじん 20.0g 400.0g
しょうゆ・こいく 8.0g 960.0g	—————> 32.0g	—————> 24.0g	—————> 16.0g	—————> 8.0g	—————> 56.0g	合成清酒 5.0g 100.0g
みりん・本みりん 4.5g 540.0g	—————> 18.0g	—————> 13.5g	—————> 9.0g	—————> 4.5g	—————> 31.5g	車糖・三温 2.5g 50.0g
しょうが, 生 0.5g 60.0g	—————> 2.0g	—————> 1.5g	—————> 1.0g	—————> 0.5g	—————> 3.5g	しょうゆ・こいく 8.0g 160.0g
だいこん, 根 生 60.0g 7.2kg	—————> 240.0g	—————> 180.0g	—————> 120.0g	—————> 60.0g	—————> 420.0g	みりん・本みりん 4.5g 90.0g
■付合せ人參甘煮 にんじん, 根 生 25.0g 3.0kg	■付合せ人參甘煮 —————> 100.0g	■付合せ人參甘煮 —————> 75.0g	■付合せ人參甘煮 —————> 50.0g	■付合せ人參甘煮 —————> 25.0g	■付合せ人參甘煮 —————> 175.0g	しょうが, 生 0.5g 10.0g
砂糖 3.0g 360.0g	—————> 12.0g	—————> 9.0g	—————> 6.0g	—————> 3.0g	—————> 21.0g	■付合せ人參甘煮 —————> 500.0g
食塩 0.2g 24.0g	—————> 0.8g	—————> 0.6g	—————> 0.4g	—————> 0.2g	—————> 1.4g	—————> 60.0g
■カレー炒め じゃがいも, 塊茎 30.0g 3.6kg	■カレー炒め —————> 120.0g	■カレー炒め —————> 90.0g	■カレー炒め —————> 60.0g	■カレー炒め —————> 30.0g	■カレー炒め —————> 210.0g	—————> 4.0g
たまねぎ, 生 20.0g 2.4kg	—————> 80.0g	—————> 60.0g	—————> 40.0g	—————> 20.0g	—————> 140.0g	■カレー炒め や)温じゃがいも 30.0g 600.0g
ぶた, ベーコン 5.0g 600.0g	—————> 20.0g	—————> 15.0g	—————> 10.0g	—————> 5.0g	—————> 35.0g	や)ポーク 10.0g 200.0g
カレー・粉 0.3g 36.0g	—————> 1.2g	—————> 0.9g	—————> 0.6g	—————> 0.3g	—————> 2.1g	水 15.0g 300.0g
顆粒コンソメ 0.3g 36.0g	—————> 1.2g	—————> 0.9g	—————> 0.6g	—————> 0.3g	—————> 2.1g	—————> 6.0g
並塩 0.5g 60.0g	—————> 2.0g	—————> 1.5g	—————> 1.0g	—————> 0.5g	—————> 3.5g	—————> 6.0g
こしょう 混合、 0.1g 12.0g	—————> 0.4g	—————> 0.3g	—————> 0.2g	—————> 0.1g	—————> 0.7g	—————> 10.0g
植物油 2.0g 240.0g	—————> 8.0g	—————> 6.0g	—————> 4.0g	—————> 2.0g	—————> 14.0g	—————> 2.0g
■酢の物 きゅうり, 生 25.0g 3.0kg	■酢の物 —————> 100.0g	■酢の物 —————> 75.0g	■酢の物 —————> 50.0g	■酢の物 —————> 25.0g	■酢の物 —————> 175.0g	—————> 40.0g
蒸しかまぼこ 20.0g 2.4kg	—————> 80.0g	—————> 60.0g	—————> 40.0g	—————> 20.0g	—————> 140.0g	片栗粉 1.0g 20.0g
わかめ, 乾燥わか 1.0g 120.0g	—————> 4.0g	—————> 3.0g	—————> 2.0g	—————> 1.0g	—————> 7.0g	■酢の物 きゅうり, 生 12.5g 250.0g
しょうゆ・こいく 3.0g 360.0g	—————> 12.0g	—————> 9.0g	—————> 6.0g	—————> 3.0g	—————> 21.0g	蒸しかまぼこ 10.0g 200.0g
砂糖 2.0g 240.0g	—————> 8.0g	—————> 6.0g	—————> 4.0g	—————> 2.0g	—————> 14.0g	わかめ, 乾燥わか 0.5g 10.0g
食酢・穀物酢 3.0g 360.0g	—————> 12.0g	—————> 9.0g	—————> 6.0g	—————> 3.0g	—————> 21.0g	水 15.0g 300.0g
■パイン缶 パインアップル・ 40.0g 4.8kg	■パイン缶 —————> 160.0g	■パイン缶 —————> 120.0g	■パイン缶 —————> 80.0g	■パイン缶 —————> 40.0g	■パイン缶 —————> 280.0g	ソフティア2 0.5g 10.0g
						しょうゆ・こいく 3.0g 60.0g
						食酢・穀物酢 3.0g 60.0g
						砂糖 2.0g 40.0g
						■パインゼリー パインアップル・ 60.0g 1.2kg
						砂糖 4.0g 80.0g
						ぶた, ゼラチン 1.2g 24.0g
						てんぐさ, 寒天 0.1g 2.0g



①

[岡南の郷]  
2024年 1月 3日 水曜日 献立予定(実施)表

常食1500			常食1700			常食1300			糖尿1200			腎臓食 (1)			塩分6g			常食 (ムース)		
夕食 80食			4食			4食			2食			1食			7食			20食		
■ ご飯(普通盛)			■ ご飯(普通盛)			■ ご飯(小盛)			■ ご飯(100g)			■ ご飯(普通盛)			■ ご飯(普通盛)			■ 全粥(普通盛)		
水稲めし・精白	150.0g	12.0kg	————>		600.0g	水稲めし・精白	110.0g	440.0g	水稲めし・精白	100.0g	200.0g	水稲めし・精白	150.0g	150.0g	————>	1.1kg		水稲全がゆ・精	250.0g	5.0kg
■ 味噌汁			■ 味噌汁			■ 味噌汁			■ 味噌汁			■ 豆腐ハンバーグ			■ 豆腐ハンバーグ			■ 味噌汁		
だいこん、根 生	15.0g	1.2kg	————>		60.0g	————>			————>		30.0g	豆腐(木綿)	20.0g	20.0g	豆腐(木綿)	35.0g	245.0g	だいこん、根 生	15.0g	300.0g
いわのり、ほしい	1.0g	80.0g	————>		4.0g	————>			————>		2.0g	ぶた、ひき肉	20.0g	20.0g	ぶた、ひき肉	35.0g	245.0g	いわのり、ほしい	1.0g	20.0g
淡色辛みそ	6.5g	520.0g	————>		26.0g	————>			————>		13.0g	たまねぎ、生	15.0g	15.0g	たまねぎ、生	25.0g	175.0g	淡色辛みそ	6.5g	130.0g
風味調味料	1.0g	80.0g	————>		4.0g	————>			————>		2.0g	植物油	0.2g	0.3g	植物油	0.5g	3.5g	風味調味料	1.0g	20.0g
水	150.0g	12.0kg	————>		600.0g	————>			————>		300.0g	しょうが、生	0.5g	0.5g	しょうが、生	1.0g	7.0g	水	150.0g	3.0kg
■ 豆腐ハンバーグ			■ 豆腐ハンバーグ			■ 豆腐ハンバーグ			■ 豆腐ハンバーグ			食塩			食塩			ソフティア2		
豆腐(木綿)	35.0g	2.8kg	————>		140.0g	————>			豆腐(木綿)	20.0g	40.0g	片栗粉	0.1g	0.1g	食塩	0.2g	1.4g	■ 豆腐ハンバーグ		
ぶた、ひき肉	35.0g	2.8kg	————>		140.0g	————>			ぶた、ひき肉	20.0g	40.0g	片栗粉	1.0g	1.0g	片栗粉	2.0g	14.0g	豆腐(絹ごし)	40.0g	800.0g
たまねぎ、生	25.0g	2.0kg	————>		100.0g	————>			たまねぎ、生	15.0g	30.0g	鶏卵、全卵 生	2.5g	2.5g	鶏卵、全卵 生	5.0g	35.0g	や)ポーク	40.0g	800.0g
植物油	0.5g	40.0g	————>		2.0g	————>			植物油	0.2g	0.5g	パン粉	1.5g	1.5g	パン粉	3.0g	21.0g	だし汁	10.0g	200.0g
しょうが、生	1.0g	80.0g	————>		4.0g	————>			しょうが、生	0.5g	1.0g	味の素	0.1g	0.1g	味の素	0.2g	1.4g	焼肉のタレ(甘口)	10.0g	200.0g
食塩	0.2g	16.0g	————>		0.8g	————>			食塩	0.1g	0.2g	■ 付合せブロッコリー			■ 付合せブロッコリー			みりん・本みりん	2.0g	40.0g
片栗粉	2.0g	160.0g	————>		8.0g	————>			片栗粉	1.0g	2.0g	冷 ブロッコリー	25.0g	25.0g	————>	175.0g		片栗粉	0.5g	10.0g
鶏卵、全卵 生	5.0g	400.0g	————>		20.0g	————>			鶏卵、全卵 生	2.5g	5.0g	■ のっぺい			■ のっぺい			■ 付合せブロッコリー		
パン粉	3.0g	240.0g	————>		12.0g	————>			パン粉	1.5g	3.0g	冷 さといも	40.0g	40.0g	————>	280.0g		や)温こまつな	25.0g	500.0g
味の素	0.2g	16.0g	————>		0.8g	————>			味の素	0.1g	0.2g	干しいたけ・乾	1.0g	1.0g	————>	7.0g		食塩	0.5g	10.0g
こしょう 混合、	適量	2.4g	————>		0.1g	————>			————>			にんじん、根 生	10.0g	10.0g	————>	70.0g		■ のっぺい		
焼肉のタレ(甘口)	10.0g	800.0g	————>		40.0g	————>			————>		20.0g	たけのこ、水煮缶	10.0g	10.0g	————>	70.0g		や)温さといも	40.0g	800.0g
みりん・本みりん	2.0g	160.0g	————>		8.0g	————>			————>		4.0g	なると	8.0g	8.0g	————>	56.0g		や)温しいたけ	10.0g	200.0g
■ 付合せブロッコリー			■ 付合せブロッコリー			■ 付合せブロッコリー			■ 付合せブロッコリー			ぎんなん・ゆで			————>			や)温にんじん	10.0g	200.0g
冷 ブロッコリー	25.0g	2.0kg	————>		100.0g	————>			————>		50.0g	車糖・三温	1.0g	1.0g	車糖・三温	0.5g	3.5g	車糖・三温	1.0g	20.0g
食塩	0.5g	40.0g	マヨネーズ・全卵	5.0g	20.0g	食塩	0.5g	2.0g	————>		1.0g	合成清酒	1.0g	1.0g	合成清酒	0.5g	3.5g	合成清酒	1.0g	20.0g
■ のっぺい			■ のっぺい			■ のっぺい			■ のっぺい			しょうゆ・こいく			しょうゆ・こいく			しょうゆ・こいく		
冷 さといも	40.0g	3.2kg	————>		160.0g	————>			————>		80.0g	■ ごぼうサラダ			■ ごぼうサラダ			だし汁	15.0g	300.0g
干しいたけ・乾	1.0g	80.0g	————>		4.0g	————>			————>		2.0g	ごぼう、水煮	20.0g	20.0g	————>	140.0g		片栗粉	0.5g	10.0g
にんじん、根 生	10.0g	800.0g	————>		40.0g	————>			————>		20.0g	にんじん 根皮む	8.0g	8.0g	————>	56.0g		■ ごぼうサラダ		
たけのこ、水煮缶	10.0g	800.0g	————>		40.0g	————>			————>		20.0g	合成清酒	1.0g	1.0g	————>	7.0g		ごぼう、水煮	20.0g	400.0g
なると	8.0g	640.0g	————>		32.0g	————>			————>		16.0g	しょうゆ・こいく	1.0g	1.0g	————>	7.0g		にんじん 根皮む	8.0g	160.0g
ぎんなん・ゆで	5.0g	400.0g	————>		20.0g	————>			————>		10.0g	みりん・本みりん	1.0g	1.0g	————>	7.0g		合成清酒	0.6g	12.0g
車糖・三温	1.0g	80.0g	————>		4.0g	————>			————>		2.0g	かいわれだいこん	5.0g	5.0g	————>	35.0g		しょうゆ・こいく	0.6g	12.0g
合成清酒	1.0g	80.0g	————>		4.0g	————>			————>		2.0g	マヨネーズ・全卵	10.0g	10.0g	————>	70.0g		みりん・本みりん	0.6g	12.0g
しょうゆ・こいく	5.0g	400.0g	————>		20.0g	————>			————>		10.0g	しょうゆ・うすく	1.0g	1.0g	————>	7.0g		だし汁	12.0g	240.0g
■ ごぼうサラダ			■ ごぼうサラダ			■ ごま酢和え			■ ごま酢和え									ソフティア2	0.2g	4.0g
ごぼう、水煮	20.0g	1.6kg	————>		80.0g	ごぼう、水煮	20.0g	80.0g	————>		40.0g							や)温こまつな	10.0g	200.0g

2

常食1500				常食1700		常食1300		糖尿1200		腎臓食(1)		塩分6g		常食(ムース)	
夕食 80食				4食		4食		2食		1食		7食		20食	
にんじん 根皮む	8.0g	640.0g		———>	32.0g	にんじん 根皮む	8.0g	32.0g	———>	16.0g				マヨネーズ・全卵	5.0g 100.0g
合成清酒	1.0g	80.0g		———>	4.0g	合成清酒	1.0g	4.0g	———>	2.0g				しょうゆ・うすく	1.0g 20.0g
しょうゆ・こいく	1.0g	80.0g		———>	4.0g	しょうゆ・こいく	1.0g	4.0g	———>	2.0g					
みりん・本みりん	1.0g	80.0g		———>	4.0g	みりん・本みりん	1.0g	4.0g	———>	2.0g					
かいわれだいこん	5.0g	400.0g		———>	20.0g	かいわれだいこん	5.0g	20.0g	———>	10.0g					
マヨネーズ・全卵	5.0g	400.0g	マヨネーズ・全卵	10.0g	40.0g	すりごま	1.0g	4.0g	———>	2.0g					
しょうゆ・うすく	1.0g	80.0g		———>	4.0g	しょうゆ・うすく	2.0g	8.0g	———>	4.0g					
						砂糖	1.0g	4.0g	———>	2.0g					
						食酢・穀物酢	1.0g	4.0g	———>	2.0g					
						食塩	0.1g	0.4g	———>	0.2g					

〔岡南の郷〕  
2024年 1月 4日 木曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食（1）	塩分6g	常食（ムース）
朝食 80食	4食	4食	2食	1食	7食	20食
■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 12.0kg	■ご飯(普通盛) —————> 600.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 110.0g 440.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 100.0g 200.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 150.0g	■ご飯(普通盛) —————> 1.1kg	■全粥(普通盛) 水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg
■味噌汁 じゃがいも、塊茎 20.0g 1.6kg	■味噌汁 —————> 80.0g	■味噌汁 —————>	■味噌汁 —————> 40.0g	■野菜炒め キャベツ、生 40.0g 40.0g	■野菜炒め —————> 280.0g	■味噌汁 じゃがいも、塊茎 20.0g 400.0g
油揚げ 5.0g 400.0g	—————> 20.0g	—————>	—————> 10.0g	にんじん、根 生 7.0g 7.0g	—————> 49.0g	油揚げ 5.0g 100.0g
淡色辛みそ 6.5g 520.0g	—————> 26.0g	—————>	—————> 13.0g	ピーマン、果実 7.0g 7.0g	—————> 49.0g	淡色辛みそ 6.5g 130.0g
風味調味料 1.0g 80.0g	—————> 4.0g	—————>	—————> 2.0g	生しいたけ 生 7.0g 7.0g	—————> 49.0g	風味調味料 1.0g 20.0g
水 150.0g 12.0kg	—————> 600.0g	—————>	—————> 300.0g	魚肉ソーセージ 10.0g 10.0g	—————> 70.0g	水 150.0g 3.0kg
■野菜炒め キャベツ、生 40.0g 3.2kg	■野菜炒め —————> 160.0g	■野菜炒め —————>	■野菜炒め —————> 80.0g	植物油 2.0g 2.0g	—————> 14.0g	ソフティア2 1.6g 32.0g
にんじん、根 生 7.0g 560.0g	—————> 28.0g	—————>	—————> 14.0g	カレー・粉 1.0g 1.0g	—————> 7.0g	■野菜炒め や)温キャベツ 20.0g 400.0g
ピーマン、果実 7.0g 560.0g	—————> 28.0g	—————>	—————> 14.0g	しょうゆ・こいく 1.0g 1.0g	—————> 7.0g	や)温にんじん 10.0g 200.0g
生しいたけ 生 7.0g 560.0g	—————> 28.0g	—————>	—————> 14.0g	■ささみの和え物 ほうれんそう、葉 40.0g 40.0g	—————> 280.0g	や)温しいたけ 10.0g 200.0g
魚肉ソーセージ 10.0g 800.0g	—————> 40.0g	—————>	—————> 20.0g	しらす干し 5.0g 5.0g	とり、ささ身 成 15.0g 105.0g	や)えび 10.0g 200.0g
植物油 2.0g 160.0g	—————> 8.0g	—————>	—————> 4.0g	しょうが、生 0.5g 0.5g	しらす干し 5.0g 35.0g	植物油 1.0g 20.0g
カレー・粉 1.0g 80.0g	—————> 4.0g	—————>	—————> 2.0g	すりごま 0.5g 0.5g	しょうが、生 0.5g 3.5g	カレー・粉 1.0g 20.0g
しょうゆ・こいく 1.0g 80.0g	—————> 4.0g	—————>	—————> 2.0g	白だし 4.0g 4.0g	すりごま 0.5g 3.5g	しょうゆ・こいく 1.0g 20.0g
■ささみの和え物 ほうれんそう、葉 40.0g 3.2kg	■ささみの和え物 —————> 160.0g	■ささみの和え物 —————>	■ささみの和え物 —————> 80.0g	■漬物 だいこん、根 め 10.0g 10.0g	白だし 4.0g 28.0g	水 15.0g 300.0g
とり、ささ身 成 15.0g 1.2kg	—————> 60.0g	しらす干し 5.0g 20.0g	—————> 10.0g	■ヤクルト400 乳酸菌飲料、乳製 86.0g 86.0g	■漬物 だいこん、根 め 5.0g 35.0g	片栗粉 0.5g 10.0g
しらす干し 5.0g 400.0g	—————> 20.0g	しょうが、生 0.5g 2.0g	—————> 1.0g		■低脂肪乳 牛乳、加工乳 200.0g 1.4kg	■ささみの和え物 や)冷ほうれんそ 26.0g 520.0g
しょうが、生 0.5g 40.0g	ごま油 2.0g 8.0g	すりごま 0.5g 2.0g	—————> 1.0g			や)チキン 10.0g 200.0g
すりごま 0.5g 40.0g	しょうが、生 0.5g 2.0g	白だし 4.0g 16.0g	—————> 8.0g			しょうが、生 0.5g 10.0g
白だし 4.0g 320.0g	すりごま 0.5g 2.0g	■漬物 —————>	■漬物 —————> 20.0g			すりごま 0.5g 10.0g
■漬物 だいこん、根 め 10.0g 800.0g	白だし 4.0g 16.0g	■低脂肪乳 —————>	■低脂肪乳 —————> 400.0g			白だし 4.0g 80.0g
■低脂肪乳 牛乳、加工乳 200.0g 16.0kg	■低脂肪乳 —————> 40.0g					■のり佃煮 のり佃煮 8.0g 160.0g
	■低脂肪乳 —————> 800.0g					■低脂肪乳 牛乳、加工乳 200.0g 4.0kg

[岡南の郷]  
2024年 1月 4日 木曜日 献立予定(実施)表

常食1500				常食1700				常食1300				糖尿1200				腎臓食 (1)				塩分6 g				常食 (ムース)			
昼食				4食				3食				2食				1食				7食				20食			
■ ご飯(普通盛)				■ ご飯(普通盛)				■ ご飯(小盛)				■ ご飯(100g)				■ ご飯(普通盛)				■ ご飯(普通盛)				■ 全粥(普通盛)			
水稲めし・精白	150.0g	18.0kg		————>	600.0g			水稲めし・精白	110.0g	330.0g		水稲めし・精白	100.0g	200.0g		水稲めし・精白	150.0g	150.0g		————>	1.1kg			水稲全がゆ・精	250.0g	5.0kg	
■ 鶏の辛子みそ焼				■ 鶏の辛子みそ焼				■ 鶏の辛子みそ焼				■ 鶏の辛子みそ焼				■ 鶏の辛子みそ焼				■ 鶏の辛子みそ焼				■ 鶏の辛子みそ焼			
とりもも皮なし成	60.0g	7.2kg		————>	240.0g			とりもも皮なし成	40.0g	120.0g		————>	80.0g			————>	40.0g			とりもも皮なし成	60.0g	420.0g		や)チキン	60.0g	1.2kg	
食塩	0.5g	60.0g		————>	2.0g			食塩	0.3g	0.9g		————>	0.6g			————>	0.3g			食塩	0.5g	3.5g		粒入りマスタード	4.0g	80.0g	
こしょう 混合、	適量	6.0g		————>	0.2g			こしょう 混合、	適量	0.1g		————>				————>	適量			こしょう 混合、	適量	0.4g		淡色辛みそ	3.0g	60.0g	
粒入りマスタード	4.0g	480.0g		————>	16.0g			粒入りマスタード	2.6g	7.8g		————>	5.2g			————>	2.6g			粒入りマスタード	4.0g	28.0g		みりん・本みりん	3.0g	60.0g	
淡色辛みそ	3.0g	360.0g		————>	12.0g			淡色辛みそ	2.0g	6.0g		————>	4.0g			————>	2.0g			淡色辛みそ	3.0g	21.0g		砂糖	1.0g	20.0g	
みりん・本みりん	3.0g	360.0g		————>	12.0g			みりん・本みりん	2.0g	6.0g		————>	4.0g			————>	2.0g			みりん・本みりん	3.0g	21.0g		食酢・穀物酢	1.5g	30.0g	
砂糖	1.0g	120.0g		————>	4.0g			砂糖	0.6g	1.8g		————>	1.2g			————>	0.6g			砂糖	1.0g	7.0g		■ 付合せソテー			
食酢・穀物酢	1.5g	180.0g		————>	6.0g			食酢・穀物酢	1.0g	3.0g		————>	2.0g			————>	1.0g			食酢・穀物酢	1.5g	10.5g		や)温キャベツ	25.0g	500.0g	
■ 付合せソテー				■ 付合せソテー				■ 付合せソテー				■ 付合せソテー				■ 付合せソテー				■ 付合せソテー				■ 付合せソテー			
ほうれんそう、葉	30.0g	3.6kg		————>	120.0g			————>	90.0g			————>	60.0g			————>	30.0g			————>	210.0g			■ じゃが芋とがんもの煮つけ			
植物油	0.5g	60.0g		————>	2.0g			————>	1.5g			————>	1.0g			————>	0.5g			————>	3.5g			じゃがいも、塊茎	25.0g	500.0g	
顆粒コンソメ	0.3g	36.0g		————>	1.2g			————>	0.9g			————>	0.6g			————>	0.3g			————>	2.1g			がんもどき	10.0g	200.0g	
■ じゃが芋とがんもの煮つけ				■ じゃが芋とがんもの煮つけ				■ じゃが芋とがんもの煮つけ				■ じゃが芋とがんもの煮つけ				■ じゃが芋とがんもの煮つけ				■ じゃが芋とがんもの煮つけ				■ じゃが芋とがんもの煮つけ			
じゃがいも、塊茎	50.0g	6.0kg		————>	200.0g			————>	150.0g			————>	100.0g			————>	50.0g			————>	350.0g			しょうゆ・こいく	2.0g	40.0g	
がんもどき	20.0g	2.4kg		————>	80.0g			————>	60.0g			しょうゆ・こいく	4.0g	8.0g		————>	4.0g			がんもどき	20.0g	140.0g		合成清酒	0.5g	10.0g	
しょうゆ・こいく	4.0g	480.0g		————>	16.0g			————>	12.0g			合成清酒	1.0g	2.0g		————>	1.0g			しょうゆ・こいく	4.0g	28.0g		車糖・三温	0.7g	15.0g	
合成清酒	1.0g	120.0g		————>	4.0g			————>	3.0g			車糖・三温	1.5g	3.0g		————>	1.5g			合成清酒	1.0g	7.0g		水	15.0g	300.0g	
車糖・三温	1.5g	180.0g		————>	6.0g			————>	4.5g			■ 梅肉和え				————>	45.0g			車糖・三温	1.5g	10.5g		ソフティア2	0.2g	4.0g	
■ 梅肉和え				■ 梅肉和え				■ 梅肉和え				■ 梅肉和え				■ 梅肉和え				■ 梅肉和え				■ 梅肉和え			
冷 ブロッコリー	45.0g	5.4kg		————>	180.0g			————>	135.0g			————>	90.0g			————>	45.0g			————>	315.0g			や)冷ブロッコリ	26.0g	520.0g	
ライトツナ	5.0g	600.0g		————>	20.0g			————>	15.0g			————>	10.0g			————>	5.0g			————>	35.0g			————>	100.0g		
梅びしお	4.0g	480.0g		————>	16.0g			————>	12.0g			————>	8.0g			————>	4.0g			————>	28.0g			梅びしお	2.0g	40.0g	
砂糖	1.0g	120.0g		————>	4.0g			————>	3.0g			————>	2.0g			————>	1.0g			————>	7.0g			砂糖	0.5g	10.0g	
白だし	1.5g	180.0g		————>	6.0g			————>	4.5g			————>	3.0g			————>	1.5g			————>	10.5g			白だし	1.0g	20.0g	
■ みかん				■ みかん				■ みかん				■ みかん				■ みかん				■ みかん				■ みかんゼリー			
うんしゅうみかん	60.0g	7.2kg		————>	240.0g			————>	180.0g			————>	120.0g			————>	60.0g			————>	420.0g			うんしゅうみかん	60.0g	1.2kg	
																								砂糖	4.0g	80.0g	
																								ぶた、ゼラチン	1.2g	24.0g	
																								てんぐさ、寒天	0.1g	2.0g	

[岡南の郷]

2024年 1月 4日 木曜日 献立予定(実施)表

常食1500				常食1700				常食1300				糖尿1200				腎臓食 (1)				塩分6g				常食 (ムース)							
夕食				80食				4食				4食				2食				1食				7食				20食			
■ご飯(普通盛)				■ご飯(普通盛)				■ご飯(小盛)				■ご飯(100g)				■ご飯(普通盛)				■ご飯(普通盛)				■全粥(普通盛)							
水稲めし・精白 150.0g 12.0kg				—————> 600.0g				水稲めし・精白 110.0g 440.0g				水稲めし・精白 100.0g 200.0g				水稲めし・精白 150.0g 150.0g				—————> 1.1kg				水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg							
■味噌汁				■味噌汁				■味噌汁				■味噌汁				■バター醤油焼				■バター醤油焼				■味噌汁							
豆腐 (木綿) 20.0g 1.6kg				—————> 80.0g				—————>				—————> 40.0g				たら 生 (切り身) 60.0g 60.0g				—————> 420.0g				豆腐 (木綿) 20.0g 400.0g							
こまつな, 生 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g				食塩 0.3g 0.3g				食塩 0.5g 3.5g				こまつな, 生 10.0g 200.0g							
淡色辛みそ 6.5g 520.0g				—————> 26.0g				—————>				—————> 13.0g				こしょう・白 0.3g 0.3g				こしょう・白 適量 0.4g				淡色辛みそ 6.5g 130.0g							
風味調味料 1.0g 80.0g				—————> 4.0g				—————>				—————> 2.0g				小麦粉・薄力粉 0.6g 0.6g				小麦粉・薄力粉 1.0g 7.0g				風味調味料 1.0g 20.0g							
水 150.0g 12.0kg				—————> 600.0g				—————>				—————> 300.0g				バター 2.6g 2.6g				バター 4.0g 28.0g				水 150.0g 3.0kg							
■鰹のバター醤油焼				■バター醤油焼				■バター醤油焼				■バター醤油焼				しょうゆ・こいく 2.6g 2.6g				しょうゆ・こいく 4.0g 28.0g				ソフティア2 1.6g 32.0g							
たら 生 (切り身) 60.0g 4.8kg				たら 生 (切り身) 60.0g 240.0g				—————>				—————> 120.0g				■付合せキャベツ				■付合せキャベツ				■バター醤油焼							
食塩 0.5g 40.0g				食塩 0.5g 2.0g				—————>				—————> 1.0g				キャベツ, 生 30.0g 30.0g				—————> 210.0g				や)あぶらがれい 40.0g 800.0g							
こしょう・白 適量 4.0g				こしょう・白 適量 0.2g				—————>				—————> 0.1g				かつお節 0.2g 0.2g				—————> 1.4g				バター 4.0g 80.0g							
小麦粉・薄力粉 1.0g 80.0g				小麦粉・薄力粉 1.0g 4.0g				—————>				—————> 2.0g				■なすの炒め物				■なすの炒め物				しょうゆ・こいく 4.0g 80.0g							
バター 4.0g 320.0g				バター 4.0g 16.0g				—————>				—————> 8.0g				なす, 果実 生 50.0g 50.0g				—————> 350.0g				■付合せキャベツ							
しょうゆ・こいく 4.0g 320.0g				しょうゆ・こいく 4.0g 16.0g				—————>				—————> 8.0g				ぶた, ひき肉 10.0g 10.0g				—————> 70.0g				や)温キャベツ 30.0g 600.0g							
■付合せキャベツ				■付合せキャベツ				■付合せキャベツ				■付合せキャベツ				ピーマン, 果実 10.0g 10.0g				—————> 70.0g				めんつゆ 三倍濃 2.0g 40.0g							
キャベツ, 生 30.0g 2.4kg				—————> 120.0g				—————>				—————> 60.0g				鶏卵, 全卵 生 20.0g 20.0g				—————> 140.0g				かつお節 0.2g 4.0g							
めんつゆ 三倍濃 2.0g 160.0g				—————> 8.0g				—————>				—————> 4.0g				植物油 2.0g 2.0g				—————> 14.0g				■なすの炒め物							
かつお節 0.2g 16.0g				—————> 0.8g				—————>				—————> 0.4g				しょうゆ・こいく 3.0g 3.0g				—————> 21.0g				や)とけないなす 60.0g 1.2kg							
■なすの炒め物				■なすの炒め物				■なすの炒め物				■なすの炒め物				淡色辛みそ 3.0g 3.0g				—————> 21.0g				や)ポーク 15.0g 300.0g							
なす, 果実 生 50.0g 4.0kg				—————> 200.0g				—————>				—————> 100.0g				車糖・三温 1.5g 1.5g				—————> 10.5g				や)温キャベツ 15.0g 300.0g							
ぶた, ひき肉 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g				トウバンジャン 0.5g 0.5g				—————> 3.5g				植物油 1.0g 20.0g							
ピーマン, 果実 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g				■さつま芋サラダ				■さつま芋サラダ				しょうゆ・こいく 1.5g 30.0g							
鶏卵, 全卵 生 20.0g 1.6kg				—————> 80.0g				—————>				—————> 40.0g				さつまいも, 塊根 40.0g 40.0g				—————> 280.0g				淡色辛みそ 1.5g 30.0g							
植物油 2.0g 160.0g				—————> 8.0g				—————>				—————> 4.0g				にんじん, 根 生 10.0g 10.0g				—————> 70.0g				車糖・三温 0.7g 15.0g							
しょうゆ・こいく 3.0g 240.0g				—————> 12.0g				—————>				—————> 6.0g				きゅうり, 生 10.0g 10.0g				—————> 70.0g				トウバンジャン 0.2g 5.0g							
淡色辛みそ 3.0g 240.0g				—————> 12.0g				—————>				—————> 6.0g				マヨネーズ・全卵 6.0g 6.0g				—————> 42.0g				■さつま芋サラダ							
車糖・三温 1.5g 120.0g				粉あめ 4.5g 18.0g				車糖・三温 1.5g 6.0g				—————> 3.0g				食塩 0.4g 0.4g				—————> 2.8g				や)温さつまいも 50.0g 1.0kg							
トウバンジャン 0.5g 40.0g				—————> 2.0g				—————>				—————> 1.0g				こしょう 混合、 適量 0.1g				—————> 0.4g				マヨネーズ・全卵 6.0g 120.0g							
■さつま芋サラダ				■さつま芋サラダ				■さつま芋サラダ				■さつま芋サラダ												食塩 0.4g 8.0g							
さつまいも, 塊根 40.0g 3.2kg				—————> 160.0g				—————>				—————> 80.0g												こしょう 混合、 適量 1.0g							
にんじん, 根 生 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g																			
きゅうり, 生 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g																			
マヨネーズ・全卵 6.0g 480.0g				—————> 24.0g				—————>				—————> 12.0g																			
食塩 0.4g 32.0g				—————> 1.6g				—————>				—————> 0.8g																			
こしょう 混合、 適量 4.0g				—————> 0.2g				—————>				—————> 0.1g																			

2024年 1月 5日 金曜日 献立予定(実施)表

[illegible]

[岡南の郷]

2024年 1月 5日 金曜日 献立予定(実施)表

常食1500			常食1700			常食1300			糖尿1200			腎臓食 (1)			塩分6g			常食 (ムース)		
昼食 120食			4食			3食			2食			1食			7食			20食		
■肉みそひじき丼			■肉みそひじき丼			■肉みそひじき丼			■肉みそひじき丼			■肉みそひじき丼			■肉みそひじき丼			■肉みそひじき丼		
水稲めし・精白	150.0g	18.0kg	————>	600.0g	————>	————>	450.0g	————>	————>	300.0g	————>	————>	150.0g	————>	————>	1.1kg	————>	水稲全がゆ・精	250.0g	5.0kg
とり、ひき肉	50.0g	6.0kg	————>	200.0g	————>	————>	150.0g	————>	————>	100.0g	————>	————>	50.0g	————>	————>	350.0g	————>	や)チキン	40.0g	800.0g
ひじき ほしひじ	2.0g	240.0g	————>	8.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	4.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	14.0g	————>	や)温ひじき	15.0g	300.0g
にんじん、根 生	10.0g	1.2kg	————>	40.0g	————>	————>	30.0g	————>	————>	20.0g	————>	————>	10.0g	————>	————>	70.0g	————>	や)温にんじん	15.0g	300.0g
たまねぎ、生	30.0g	3.6kg	————>	120.0g	————>	————>	90.0g	————>	————>	60.0g	————>	————>	30.0g	————>	————>	210.0g	————>	しょうが、生	0.5g	10.0g
しょうが、生	0.5g	60.0g	————>	2.0g	————>	————>	1.5g	————>	————>	1.0g	————>	————>	0.5g	————>	————>	3.5g	————>	にんにく	-----	-----
にんにく	-----	-----	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	————>	ごま油	1.0g	20.0g
ごま油	1.0g	120.0g	————>	4.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	1.0g	————>	————>	7.0g	————>	淡色辛みそ	6.0g	120.0g
淡色辛みそ	6.0g	720.0g	————>	24.0g	————>	————>	18.0g	————>	————>	12.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	42.0g	————>	合成清酒	1.5g	30.0g
合成清酒	1.5g	180.0g	————>	6.0g	————>	————>	4.5g	————>	————>	3.0g	————>	————>	1.5g	————>	————>	10.5g	————>	砂糖	1.5g	30.0g
砂糖	1.5g	180.0g	————>	6.0g	————>	————>	4.5g	————>	————>	3.0g	————>	————>	1.5g	————>	————>	10.5g	————>	しょうゆ・こいく	1.7g	34.0g
しょうゆ・こいく	1.7g	204.0g	————>	6.8g	————>	————>	5.1g	————>	————>	3.4g	————>	————>	1.7g	————>	————>	11.9g	————>	みりん・本みりん	1.5g	30.0g
みりん・本みりん	1.5g	180.0g	————>	6.0g	————>	————>	4.5g	————>	————>	3.0g	————>	————>	1.5g	————>	————>	10.5g	————>	水	1.0g	20.0g
水	1.0g	120.0g	————>	4.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	1.0g	————>	————>	7.0g	————>	片栗粉	0.5g	10.0g
片栗粉	0.5g	60.0g	————>	2.0g	————>	————>	1.5g	————>	————>	1.0g	————>	————>	0.5g	————>	————>	3.5g	————>	紅しょうが	2.5g	50.0g
黄ピーマン 果実	3.0g	360.0g	————>	12.0g	————>	————>	9.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	21.0g	————>	■切干大根の和え物		
赤ピーマン 果実	3.0g	360.0g	————>	12.0g	————>	————>	9.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	21.0g	————>	にんじん 根皮む	5.0g	100.0g
紅しょうが	2.5g	300.0g	————>	10.0g	————>	————>	7.5g	————>	————>	5.0g	————>	————>	2.5g	————>	————>	17.5g	————>	切干だいこん	2.5g	50.0g
■切干大根の和え物			■切干大根の和え物			■切干大根の和え物			■切干大根の和え物			■切干大根の和え物			■切干大根の和え物			■切干大根の和え物		
にんじん 根皮む	10.0g	1.2kg	————>	40.0g	————>	————>	30.0g	————>	————>	20.0g	————>	————>	10.0g	————>	————>	70.0g	————>	ほうれんそう、葉	12.0g	240.0g
切干だいこん	5.0g	600.0g	————>	20.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	10.0g	————>	————>	5.0g	————>	————>	35.0g	————>	焼き竹輪	3.5g	70.0g
ほうれんそう、葉	25.0g	3.0kg	————>	100.0g	————>	————>	75.0g	————>	————>	50.0g	————>	————>	25.0g	————>	————>	175.0g	————>	水	15.0g	300.0g
焼き竹輪	7.0g	840.0g	————>	28.0g	————>	————>	21.0g	————>	————>	14.0g	————>	————>	7.0g	————>	————>	49.0g	————>	ソフティア2	0.6g	12.0g
白ごま (すり)	2.0g	240.0g	————>	8.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	4.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	14.0g	————>	白ごま (すり)	2.0g	40.0g
しょうゆ・こいく	3.0g	360.0g	————>	12.0g	————>	————>	9.0g	————>	————>	6.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	21.0g	————>	しょうゆ・こいく	3.0g	60.0g
車糖・三温	1.0g	120.0g	————>	4.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	1.0g	————>	————>	7.0g	————>	車糖・三温	1.0g	20.0g
■抹茶ミルクゼリー			■抹茶ミルクゼリー			■抹茶ミルクゼリー			■抹茶ミルクゼリー			■抹茶ミルクゼリー			■抹茶ミルクゼリー			■抹茶ミルクゼリー		
牛乳、普通牛乳	60.0g	7.2kg	————>	240.0g	————>	————>	180.0g	————>	————>	120.0g	————>	————>	60.0g	————>	————>	420.0g	————>	————>	————>	1.2kg
砂糖	5.0g	600.0g	————>	20.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	10.0g	————>	————>	5.0g	————>	————>	35.0g	————>	————>	————>	4.0g
抹茶	0.2g	24.0g	————>	0.8g	————>	————>	0.6g	————>	————>	0.4g	————>	————>	0.2g	————>	————>	1.4g	————>	————>	————>	20.0g
ぶた、ゼラチン	1.0g	120.0g	————>	4.0g	————>	————>	3.0g	————>	————>	2.0g	————>	————>	1.0g	————>	————>	7.0g	————>	————>	————>	4.0g
てんぐさ、寒天	0.2g	24.0g	————>	0.8g	————>	————>	0.6g	————>	————>	0.4g	————>	————>	0.2g	————>	————>	1.4g	————>	————>	————>	300.0g
小豆・こしあん	15.0g	1.8kg	————>	60.0g	————>	————>	45.0g	————>	————>	30.0g	————>	————>	15.0g	————>	————>	105.0g	————>	————>	————>	————>

Q

常食1500	常食1700
--------	--------

白だし 4g 80g



施設長	栄養士

[岡南の郷]  
2024年 1月 6日 土曜日 献立予定(実施)表

常食1500				常食1700				常食1300				糖尿1200				腎臓食 (1)				塩分6 g				常食 (ムース)			
朝食				4食				4食				2食				1食				7食				20食			
■ ご飯 (普通盛)				■ ご飯 (普通盛)				■ ご飯 (小盛)				■ ご飯 (100g)				■ ご飯 (普通盛)				■ ご飯 (普通盛)				■ 全粥 (普通盛)			
水稲めし・精白 150.0g 12.0kg				—————> 600.0g				水稲めし・精白 110.0g 440.0g				水稲めし・精白 100.0g 200.0g				水稲めし・精白 150.0g 150.0g				—————> 1.1kg				水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg			
■ 味噌汁				■ 味噌汁				■ 味噌汁				■ 味噌汁				■ 卵とじ				■ 卵とじ				■ 味噌汁			
なめこ・水煮缶詰 20.0g 1.6kg				—————> 80.0g				—————>				—————> 40.0g				たまねぎ, 生 40.0g 40.0g				とり, ひき肉 20.0g 140.0g				なめこ・水煮缶詰 20.0g 400.0g			
ねぎ、根深ねぎ 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 20.0g				ねぎ、根深ねぎ 10.0g 10.0g				たまねぎ, 生 30.0g 210.0g				ねぎ、根深ねぎ 10.0g 200.0g			
淡色辛みそ 6.5g 520.0g				—————> 26.0g				—————>				—————> 13.0g				干しいたけ・乾 1.0g 1.0g				ねぎ、根深ねぎ 10.0g 70.0g				淡色辛みそ 6.5g 130.0g			
風味調味料 1.0g 80.0g				—————> 4.0g				—————>				—————> 2.0g				鶏卵, 全卵 生 40.0g 40.0g				干しいたけ・乾 1.0g 7.0g				風味調味料 1.0g 20.0g			
水 150.0g 12.0kg				—————> 600.0g				—————>				—————> 300.0g				しょうが, 生 0.5g 0.5g				鶏卵, 全卵 生 40.0g 280.0g				水 150.0g 3.0kg			
■ 卵とじ				■ 卵とじ				■ 卵とじ				■ 卵とじ				しょうゆ・こいく 4.0g 4.0g				しょうが, 生 0.5g 3.5g				ソフティア2 1.6g 32.0g			
とり, ひき肉 20.0g 1.6kg				—————> 80.0g				たまねぎ, 生 40.0g 160.0g				—————> 80.0g				みりん・本みりん 2.0g 2.0g				しょうゆ・こいく 4.0g 28.0g				■ 卵とじ			
たまねぎ, 生 30.0g 2.4kg				—————> 120.0g				ねぎ、根深ねぎ 10.0g 40.0g				—————> 20.0g				合成清酒 2.0g 2.0g				みりん・本みりん 2.0g 14.0g				や)チキン 15.0g 300.0g			
ねぎ、根深ねぎ 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				干しいたけ・乾 1.0g 4.0g				—————> 2.0g				車糖・三温 1.0g 1.0g				合成清酒 2.0g 14.0g				や)温キャベツ 20.0g 400.0g			
干しいたけ・乾 1.0g 80.0g				—————> 4.0g				鶏卵, 全卵 生 40.0g 160.0g				—————> 80.0g				■ ごま煮浸し				車糖・三温 1.0g 7.0g				や)温しいたけ 20.0g 400.0g			
鶏卵, 全卵 生 40.0g 3.2kg				—————> 160.0g				しょうが, 生 0.5g 2.0g				—————> 1.0g				こまつな, 生 20.0g 20.0g				■ ごま煮浸し				鶏卵, 全卵 生 40.0g 800.0g			
しょうが, 生 0.5g 40.0g				—————> 2.0g				しょうゆ・こいく 4.0g 16.0g				—————> 8.0g				にんじん, 根 生 10.0g 10.0g				—————> 140.0g				しょうが, 生 0.5g 10.0g			
しょうゆ・こいく 4.0g 320.0g				—————> 16.0g				みりん・本みりん 2.0g 8.0g				—————> 4.0g				キャベツ, 生 20.0g 20.0g				—————> 70.0g				しょうゆ・こいく 3.0g 60.0g			
みりん・本みりん 2.0g 160.0g				—————> 8.0g				合成清酒 2.0g 8.0g				—————> 4.0g				油揚げ 7.0g 7.0g				—————> 140.0g				みりん・本みりん 2.0g 40.0g			
合成清酒 2.0g 160.0g				—————> 8.0g				車糖・三温 1.0g 4.0g				—————> 2.0g				みりん・本みりん 2.0g 2.0g				—————> 49.0g				合成清酒 2.0g 40.0g			
車糖・三温 1.0g 80.0g				—————> 4.0g				■ ごま煮浸し				—————> 40.0g				しょうゆ・こいく 4.0g 4.0g				—————> 14.0g				車糖・三温 1.0g 20.0g			
■ ごま煮浸し				■ ごま煮浸し				—————>				—————> 20.0g				すりごま 1.0g 1.0g				—————> 28.0g				水 15.0g 300.0g			
こまつな, 生 20.0g 1.6kg				—————> 80.0g				—————>				—————> 40.0g				■ 漬物				—————> 7.0g				片栗粉 0.5g 10.0g			
にんじん, 根 生 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				—————>				—————> 40.0g				■ ヤクルト400				■ 漬物				■ ごま煮浸し			
キャベツ, 生 20.0g 1.6kg				—————> 80.0g				—————>				—————> 14.0g				なす, 果実 塩漬 10.0g 10.0g				なす, 果実 塩漬 5.0g 35.0g				こまつな, 生 10.0g 200.0g			
油揚げ 7.0g 560.0g				—————> 28.0g				—————>				—————> 4.0g				乳酸菌飲料, 乳 130.0g 130.0g				■ 低脂肪乳				にんじん, 根 生 5.0g 100.0g			
みりん・本みりん 2.0g 160.0g				—————> 8.0g				—————>				—————> 8.0g								■ 低脂肪乳				キャベツ, 生 10.0g 200.0g			
しょうゆ・こいく 4.0g 320.0g				—————> 16.0g				—————>				—————> 2.0g								牛乳, 加工乳 200.0g 1.4kg				油揚げ 3.5g 70.0g			
すりごま 1.0g 80.0g				—————> 4.0g				■ 漬物				—————> 20.0g												みりん・本みりん 1.0g 20.0g			
■ 漬物				■ 漬物				—————>				—————> 400.0g												しょうゆ・こいく 2.0g 40.0g			
なす, 果実 塩漬 10.0g 800.0g				—————> 40.0g				■ 低脂肪乳																すりごま 0.5g 10.0g			
■ 低脂肪乳				■ 低脂肪乳				—————>																水 15.0g 300.0g			
牛乳, 加工乳 200.0g 16.0kg				—————> 800.0g																				ソフティア2 0.2g 4.0g			
																								■ のり佃煮			
																								のり佃煮 8.0g 160.0g			
																								■ 低脂肪乳			
																								牛乳, 加工乳 200.0g 4.0kg			

[岡南の郷]

2024年 1月 6日 土曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6g	常食 (ムース)
昼食 120食	4食	3食	2食	1食	7食	20食
■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 18.0kg	■ご飯(普通盛) —————> 600.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 110.0g 330.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 100.0g 200.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 150.0g	■ご飯(普通盛) —————> 1.1kg	■ご飯(普通盛) 水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg
■豚肉の生姜焼き ぶたかたロース脂 60.0g 7.2kg	■豚肉の生姜焼き —————> 240.0g	■豚肉の生姜焼き ぶたかたロース脂 40.0g 120.0g	■豚肉の生姜焼き —————> 80.0g	■豚肉の生姜焼き —————> 40.0g	■豚肉の生姜焼き ぶたかたロース脂 60.0g 420.0g	■豚肉の生姜焼き や)ボーク 40.0g 800.0g
植物油 1.0g 120.0g	—————> 4.0g	—————> 3.0g	—————> 2.0g	—————> 1.0g	—————> 7.0g	—————> 20.0g
しょうが, 生 1.0g 120.0g	—————> 4.0g	—————> 3.0g	—————> 2.0g	—————> 1.0g	しょうが, 生 2.0g 14.0g	—————> 40.0g
みりん・本みりん 4.5g 540.0g	—————> 18.0g	—————> 13.5g	—————> 9.0g	—————> 4.5g	みりん・本みりん 1.0g 7.0g	—————> 20.0g
合成清酒 4.0g 480.0g	—————> 16.0g	—————> 12.0g	—————> 8.0g	—————> 4.0g	合成清酒 2.0g 14.0g	—————> 40.0g
しょうゆ・こいく 4.5g 540.0g	—————> 18.0g	—————> 13.5g	—————> 9.0g	—————> 4.5g	しょうゆ・こいく 4.3g 30.1g	しょうゆ・こいく 4.0g 80.0g
片栗粉 1.0g 120.0g	—————> 4.0g	—————> 3.0g	—————> 2.0g	—————> 1.0g	—————> 7.0g	—————> 20.0g
■付合せキャベツ キャベツ, 生 30.0g 3.6kg	■付合せキャベツ —————> 120.0g	■付合せキャベツ —————> 90.0g	■付合せキャベツ —————> 60.0g	■付合せキャベツ —————> 30.0g	■付合せキャベツ —————> 210.0g	■付合せキャベツ や)温キャベツ 15.0g 300.0g
にんじん, 根 生 5.0g 600.0g	—————> 20.0g	—————> 15.0g	—————> 10.0g	—————> 5.0g	—————> 35.0g	や)温にんじん 15.0g 300.0g
しょうゆ・うすく 1.0g 120.0g	—————> 4.0g	—————> 3.0g	—————> 2.0g	—————> 1.0g	—————> 7.0g	—————> 20.0g
■非常食 ツナポテトサラダ ごま油 8.0g 32.0g	■非常食 ツナポテトサラダ —————> 150.0g	■非常食 ツナポテトサラダ —————> 100.0g	■非常食 ツナポテトサラダ —————> 50.0g	■非常食 ツナポテトサラダ —————> 350.0g	■非常食 ツナポテトサラダ —————> 1.0kg	■非常食 ツナポテトサラダ —————> 200.0g
じゃがいも、塊茎 50.0g 6.0kg	—————> 200.0g	—————> 30.0g	—————> 20.0g	—————> 10.0g	—————> 70.0g	—————> 300.0g
ツナ缶 10.0g 1.2kg	—————> 40.0g	—————> 45.0g	—————> 30.0g	—————> 15.0g	—————> 105.0g	—————> 160.0g
冷 ミックスベジ 15.0g 1.8kg	—————> 60.0g	—————> 24.0g	—————> 16.0g	—————> 8.0g	—————> 56.0g	—————> 8.0g
マヨネーズ・全卵 8.0g 960.0g	—————> 32.0g	—————> 1.2g	—————> 0.8g	—————> 0.4g	—————> 2.8g	—————> 0.6g
食塩 0.4g 48.0g	—————> 1.6g	—————> 0.1g	—————> 120.0g	—————> 60.0g	—————> 420.0g	—————> 1.2kg
こしょう・白 適量 3.6g	—————> 0.1g	—————> 15.0g	—————> 10.0g	—————> 5.0g	—————> 35.0g	■バナナゼリー —————> 300.0g
■卵豆腐 鶏卵, 卵豆腐 60.0g 7.2kg	■卵豆腐 —————> 240.0g	—————> 120.0g	—————> 80.0g	—————> 40.0g	—————> 280.0g	—————> 200.0g
みつば、糸みつば 5.0g 600.0g	—————> 20.0g	—————> 120.0g	—————> 80.0g	—————> 40.0g	—————> 280.0g	—————> 100.0g
■バナナ バナナ・生果 40.0g 4.8kg	■バナナ —————> 160.0g	—————> 120.0g	—————> 80.0g	—————> 40.0g	—————> 280.0g	—————> 24.0g
					砂糖 5.0g 35.0g	—————> 2.0g
					ぶた, ゼラチン 1.2g 8.4g	
					てんぐさ、寒天 0.1g 0.7g	

[岡南の郷]  
2024年 1月 6日 土曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6 g	常食 (ムース)
夕食 80食	4食	4食	2食	1食	7食	20食
■菜飯 水稲めし・精白 150.0g 12.0kg 菜飯の素 2.0g 160.0g しらす干し 2.0g 160.0g	■菜飯 —————> 600.0g —————> 8.0g —————> 8.0g	■菜飯 水稲めし・精白 100.0g 400.0g —————> —————>	■菜飯 —————> 200.0g —————> 4.0g —————> 4.0g	■ご飯(普通盛) 水稲めし・精白 150.0g 150.0g ■カレームニエル たちうお 生 40.0g 40.0g しょうゆ・こいく 2.0g 2.0g 合成清酒 2.0g 2.0g 小麦粉・薄力粉 1.0g 1.0g カレー・粉 0.3g 0.3g コンソメ・乾燥 0.3g 0.3g バター 2.6g 2.6g	■ご飯(普通盛) —————> 1.1kg ■カレームニエル たら 生(切り身 60.0g 420.0g —————> 14.0g 合成清酒 3.0g 21.0g 小麦粉・薄力粉 1.5g 10.5g カレー・粉 0.5g 3.5g —————> 2.1g バター 4.0g 28.0g	■菜飯 水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg 菜飯の素 2.0g 40.0g しらす干し 2.0g 40.0g ■味噌汁 だいこん、根 生 15.0g 300.0g だいこん、葉 生 5.0g 100.0g 淡色辛みそ 9.0g 180.0g だし汁 150.0g 3.0kg ソフティア2 1.6g 32.0g
■味噌汁 だいこん、根 生 15.0g 1.2kg だいこん、葉 生 5.0g 400.0g 淡色辛みそ 9.0g 720.0g だし汁 150.0g 12.0kg	■味噌汁 —————> 60.0g —————> 20.0g —————> 36.0g —————> 600.0g	■味噌汁 —————> —————> —————> —————>	■味噌汁 —————> 30.0g —————> 10.0g —————> 18.0g —————> 300.0g	■付合せスープ煮 ブロッコリー、花 25.0g 25.0g ■金平ごぼう ごぼう、水煮 40.0g 40.0g にんじん、根 生 15.0g 15.0g 植物油 2.0g 2.0g 車糖・三温 1.5g 1.5g しょうゆ・こいく 4.0g 4.0g 合成清酒 2.0g 2.0g 豆板醤 適量 0.1g	■付合せスープ煮 —————> 175.0g ■金平ごぼう —————> 280.0g —————> 105.0g —————> 14.0g —————> 10.5g —————> 28.0g —————> 14.0g —————> 0.4g	■カレームニエル や)白身 40.0g 800.0g しょうゆ・こいく 2.0g 40.0g 合成清酒 3.0g 60.0g カレー・粉 0.5g 10.0g コンソメ・乾燥 0.3g 6.0g バター 4.0g 80.0g
■鰹のカレームニエル たら 生(切り身 60.0g 4.8kg しょうゆ・こいく 2.0g 160.0g 合成清酒 3.0g 240.0g 小麦粉・薄力粉 1.5g 120.0g カレー・粉 0.5g 40.0g コンソメ・乾燥 0.3g 24.0g バター 4.0g 320.0g	■カレームニエル たら 生(切り身 60.0g 240.0g しょうゆ・こいく 2.0g 8.0g 合成清酒 3.0g 12.0g 小麦粉・薄力粉 1.5g 6.0g カレー・粉 0.5g 2.0g コンソメ・乾燥 0.3g 1.2g バター 4.0g 16.0g	■カレームニエル —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————>	■カレームニエル —————> 120.0g —————> 4.0g —————> 6.0g —————> 3.0g —————> 1.0g —————> 0.6g —————> 8.0g	■付合せスープ煮 —————> 50.0g —————> 0.6g	■付合せスープ煮 —————> 100.0g —————> 1.2g	■付合せスープ煮 —————> —————>
■付合せスープ煮 ブロッコリー、花 25.0g 2.0kg コンソメ・乾燥 0.3g 24.0g	■付合せスープ煮 —————> 100.0g —————> 1.2g	■付合せスープ煮 —————> —————>	■付合せスープ煮 —————> 50.0g —————> 0.6g	■ワサビ和え ほうれんそう、葉 40.0g 40.0g えのきたけ 10.0g 10.0g 減塩しょうゆ 3.0g 3.0g 粉わさび・からし 0.5g 0.5g 風味調味料 0.2g 0.2g	■付合せスープ煮 —————> 25.0g 500.0g —————> 0.3g 6.0g	■金平ごぼう や)温ごぼう 40.0g 800.0g や)温にんじん 10.0g 200.0g 植物油 2.0g 40.0g 車糖・三温 1.5g 30.0g しょうゆ・こいく 3.0g 60.0g 合成清酒 2.0g 40.0g 豆板醤 適量 1.0g
■金平ごぼう ごぼう、水煮 40.0g 3.2kg にんじん、根 生 15.0g 1.2kg 植物油 2.0g 160.0g 車糖・三温 1.5g 120.0g しょうゆ・こいく 4.0g 320.0g 合成清酒 2.0g 160.0g 豆板醤 適量 4.0g	■金平ごぼう —————> 160.0g —————> 60.0g —————> 8.0g —————> 6.0g —————> 16.0g —————> 8.0g —————> 0.2g	■金平ごぼう —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————>	■金平ごぼう —————> 80.0g —————> 30.0g —————> 4.0g —————> 3.0g —————> 8.0g —————> 4.0g —————> 0.1g	■ワサビ和え —————> 80.0g —————> 20.0g —————> 6.0g —————> 1.0g —————> 0.4g	■付合せスープ煮 —————> 28.0g —————> 14.0g —————> 0.4g	■金平ごぼう や)温ごぼう 40.0g 800.0g や)温にんじん 10.0g 200.0g 植物油 2.0g 40.0g 車糖・三温 1.5g 30.0g しょうゆ・こいく 3.0g 60.0g 合成清酒 2.0g 40.0g 豆板醤 適量 1.0g
■ワサビ和え ほうれんそう、葉 40.0g 3.2kg えのきたけ 10.0g 800.0g 減塩しょうゆ 3.0g 240.0g 粉わさび・からし 0.5g 40.0g 風味調味料 0.2g 16.0g	■ワサビ和え —————> 160.0g —————> 40.0g 和風ドレッシング 8.0g 32.0g —————> 2.0g —————> 0.8g	■ワサビ和え —————> —————> 減塩しょうゆ 3.0g 12.0g —————> —————>	■ワサビ和え —————> 80.0g —————> 20.0g —————> 6.0g —————> 1.0g —————> 0.4g		■付合せスープ煮 —————> 28.0g —————> 14.0g —————> 0.4g	■ワサビ和え ほうれんそう、葉 20.0g 400.0g えのきたけ 5.0g 100.0g 水 15.0g 300.0g ソフティア2 0.2g 4.0g 減塩しょうゆ 3.0g 60.0g 粉わさび・からし 0.5g 10.0g 風味調味料 0.2g 4.0g

施設長	栄養士

[岡南の郷]  
2024年 1月 7日 日曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6g	常食 (ムース)
朝食 80食	4食	4食	2食	1食	7食	20食
■七草粥 水稲全がゆ・精 220.0g 17.6kg だいこん, 葉 生 15.0g 1.2kg かぶ, 葉 生 15.0g 1.2kg せり, 生 15.0g 1.2kg 鶏卵, 全卵 生 25.0g 2.0kg 食塩 0.6g 48.0g 顆粒中華だし 1.0g 80.0g ■野菜炒め キャベツ, 生 40.0g 3.2kg にんじん, 根 生 7.0g 560.0g ピーマン, 果実 7.0g 560.0g 生しいたけ 生 7.0g 560.0g 魚肉ソーセージ 10.0g 800.0g 植物油 2.0g 160.0g オイスターソース 4.0g 320.0g しょうゆ・こいく 1.0g 80.0g 砂糖 1.0g 80.0g こしょう・白 適量 4.0g ■南瓜の煮つけ 西洋かぼちゃ, 生 50.0g 4.0kg しょうゆ・こいく 5.0g 400.0g 車糖・三温 2.0g 160.0g ■低脂肪乳 牛乳, 加工乳 200.0g 16.0kg	■七草粥 —————> 880.0g —————> 60.0g —————> 60.0g —————> 60.0g —————> 100.0g —————> 2.4g —————> 4.0g ごま油 3.0g 12.0g ■野菜炒め —————> 160.0g —————> 28.0g —————> 28.0g —————> 28.0g —————> 40.0g —————> 8.0g —————> 16.0g —————> 4.0g —————> 4.0g —————> 0.2g ■南瓜の煮つけ —————> 200.0g —————> 20.0g —————> 8.0g ■低脂肪乳 —————> 800.0g	■七草粥 水稲全がゆ・精 190.0g 760.0g —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————> ■野菜炒め —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————> ■南瓜の煮つけ —————> —————> —————> —————> ■低脂肪乳 —————>	■七草粥 —————> 380.0g —————> 30.0g —————> 30.0g —————> 30.0g —————> 50.0g —————> 1.2g —————> 2.0g ■野菜炒め —————> 80.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 20.0g —————> 4.0g —————> 8.0g —————> 2.0g —————> 2.0g —————> 0.1g ■南瓜の煮つけ —————> 100.0g —————> 10.0g —————> 4.0g ■低脂肪乳 —————> 400.0g	■七草粥 水稲全がゆ・精 220.0g 220.0g —————> 15.0g —————> 15.0g —————> 15.0g —————> 25.0g 顆粒中華だし 1.0g 1.0g ■野菜炒め —————> 40.0g —————> 7.0g —————> 7.0g —————> 7.0g —————> 10.0g —————> 2.0g —————> 4.0g —————> 1.0g —————> 1.0g ■南瓜の煮つけ —————> 50.0g —————> 5.0g —————> 2.0g ■ヤクルト400 乳酸菌飲料, 乳製 86.0g 86.0g	■七草粥 —————> 1.5kg —————> 105.0g —————> 105.0g —————> 105.0g —————> 175.0g —————> 7.0g ■野菜炒め —————> 280.0g —————> 49.0g —————> 49.0g —————> 49.0g —————> 70.0g —————> 14.0g —————> 28.0g —————> 7.0g —————> 7.0g —————> 0.4g ■南瓜の煮つけ —————> 350.0g —————> 35.0g —————> 14.0g ■低脂肪乳 牛乳, 加工乳 200.0g 1.4kg	■七草粥 —————> 4.4kg —————> 300.0g —————> 300.0g —————> 300.0g —————> 500.0g 食塩 0.6g 12.0g 顆粒中華だし 1.0g 20.0g ■野菜炒め や)温キャベツ 20.0g 400.0g や)温にんじん 10.0g 200.0g や)温しいたけ 10.0g 200.0g や)えび 10.0g 200.0g 植物油 1.0g 20.0g オイスターソース 4.0g 80.0g しょうゆ・こいく 1.0g 20.0g 砂糖 1.0g 20.0g こしょう・白 適量 1.0g 水 15.0g 300.0g 片栗粉 0.5g 10.0g ■南瓜の煮つけ や)温かぼちゃ 40.0g 800.0g —————> 100.0g —————> 40.0g だし汁 15.0g 300.0g 片栗粉 0.5g 10.0g ■低脂肪乳 —————> 4.0kg

[岡南の郷]  
2024年 1月 7日 日曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6 g	常食 (ムース)
昼食 120食	4食	3食	2食	1食	7食	20食
■ご飯(普通盛) 水稻めし・精白 150.0g 18.0kg	■ご飯(普通盛) —————> 600.0g	■ご飯(普通盛) 水稻めし・精白 110.0g 330.0g	■ご飯(普通盛) 水稻めし・精白 100.0g 200.0g	■ご飯(普通盛) 水稻めし・精白 150.0g 150.0g	■ご飯(普通盛) —————> 1.1kg	■ご飯(普通盛) 水稻全がゆ・精 250.0g 5.0kg
■赤魚のみそ焼き 赤魚 (生) 60.0g 7.2kg 植物油 1.0g 120.0g 赤色辛みそ 6.2g 744.0g 合成清酒 3.0g 360.0g しょうゆ・こいく 1.0g 120.0g みりん・本みりん 5.0g 600.0g	■赤魚のみそ焼き —————> 240.0g —————> 4.0g —————> 24.8g —————> 12.0g —————> 4.0g —————> 20.0g	■赤魚のみそ焼き 赤魚 (生) 40.0g 120.0g —————> 3.0g —————> 18.6g —————> 9.0g —————> 3.0g —————> 15.0g	■赤魚のみそ焼き —————> 80.0g —————> 2.0g —————> 12.4g —————> 6.0g —————> 2.0g —————> 10.0g	■赤魚のみそ焼き 赤魚 (生) 60.0g 60.0g —————> 1.0g —————> 6.2g —————> 3.0g —————> 1.0g —————> 5.0g	■赤魚のみそ焼き —————> 420.0g —————> 7.0g —————> 43.4g —————> 21.0g —————> 7.0g —————> 35.0g	■赤魚のみそ焼き や)赤魚 40.0g 800.0g —————> 20.0g —————> 124.0g —————> 60.0g —————> 20.0g —————> 100.0g
■付合せ甘酢生姜 しそ、葉 1.0g 120.0g しょうが 甘酢漬 5.0g 600.0g	■付合せ甘酢生姜 —————> 4.0g —————> 20.0g	■付合せ甘酢生姜 —————> 3.0g —————> 15.0g	■付合せ甘酢生姜 —————> 2.0g —————> 10.0g	■付合せ甘酢生姜 —————> 1.0g	■付合せ甘酢生姜 —————> 7.0g	■付合せ甘酢生姜 や)温れんこん 20.0g 400.0g
■マカロニのクリーム煮 マカロニ (乾) 10.0g 1.2kg たまねぎ、生 30.0g 3.6kg マツシュルーム ( 10.0g 1.2kg ぶた、ベーコン 7.0g 840.0g 水 60.0g 7.2kg シチューの素 (ホ 9.0g 1.1kg 食塩 0.1g 12.0g パセリ 乾 0.1g 12.0g	■マカロニのクリーム煮 —————> 40.0g —————> 120.0g —————> 40.0g —————> 28.0g —————> 240.0g —————> 36.0g —————> 0.4g —————> 0.4g	■マカロニのクリーム煮 —————> 30.0g —————> 90.0g —————> 30.0g —————> 21.0g —————> 180.0g —————> 27.0g —————> 0.3g —————> 0.3g	■マカロニのクリーム煮 —————> 20.0g —————> 60.0g —————> 20.0g —————> 14.0g —————> 120.0g —————> 18.0g —————> 0.2g —————> 0.2g	■マカロニのクリーム煮 —————> 10.0g —————> 30.0g —————> 10.0g —————> 7.0g —————> 60.0g —————> 9.0g —————> 0.1g —————> 0.1g	■マカロニのクリーム煮 —————> 70.0g —————> 210.0g —————> 70.0g —————> 49.0g —————> 420.0g —————> 63.0g —————> 0.7g —————> 0.7g	■マカロニのクリーム煮 や)温じゃがいも 20.0g 400.0g や)温しいたけ 10.0g 200.0g や)温にんじん 10.0g 200.0g 水 30.0g 600.0g シチューの素 (ホ 4.5g 90.0g 食塩 0.1g 2.0g パセリ 乾 0.1g 2.0g
■白菜のゆかり和え はくさい、結球葉 30.0g 3.6kg ゆかり粉 2.0g 240.0g しょうゆ・こいく 1.0g 120.0g	■白菜のゆかり和え —————> 120.0g —————> 8.0g —————> 4.0g	■白菜のゆかり和え —————> 90.0g —————> 6.0g —————> 3.0g	■白菜のゆかり和え —————> 60.0g —————> 4.0g —————> 2.0g	■白菜のゆかり和え —————> 30.0g —————> 2.0g —————> 1.0g	■白菜のゆかり和え —————> 210.0g —————> 14.0g —————> 7.0g	■白菜のゆかり和え や)冷キャベツ 30.0g 600.0g —————> 40.0g —————> 20.0g
■フルーツあんみつ もも・缶詰 果肉 10.0g 1.2kg うんしゅうみかん 10.0g 1.2kg 杏仁豆腐 10.0g 1.2kg 小豆・こしあん 25.0g 3.0kg	■フルーツあんみつ —————> 40.0g —————> 40.0g —————> 40.0g 小豆・こしあん 50.0g 200.0g	■フルーツあんみつ —————> 30.0g —————> 30.0g —————> 30.0g 小豆・こしあん 25.0g 75.0g	■フルーツあんみつ —————> 20.0g —————> 20.0g —————> 20.0g —————> 50.0g	■フルーツあんみつ —————> 10.0g —————> 10.0g —————> 10.0g —————> 25.0g	■フルーツあんみつ —————> 70.0g —————> 70.0g —————> 70.0g —————> 175.0g	■フルーツあんみつ うんしゅうみかん 30.0g 600.0g 砂糖 2.0g 40.0g ぶた、ゼラチン 0.6g 12.0g てんぐさ、寒天 適量 1.0g 杏仁豆腐 20.0g 400.0g 小豆・こしあん 25.0g 500.0g

[岡南の郷]

2024年 1月 7日 日曜日 献立予定(実施)表

①

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6 g	常食 (ムース)
夕食 80食	4食	4食	2食	1食	7食	20食
<b>■ ご飯(普通盛)</b> 水稲めし・精白 150.0g 12.0kg <b>■ 味噌汁</b> 男爵 (生) 15.0g 1.2kg いわのり、ほしい 1.0g 80.0g 淡色辛みそ 6.5g 520.0g 風味調味料 1.0g 80.0g 水 150.0g 12.0kg <b>■ 鶏肉となすの田舎煮</b> とりもも皮なし成 50.0g 4.0kg だし汁 50.0g 4.0kg 料理酒 3.0g 240.0g 車糖・三温 1.2g 96.0g しょうゆ・こいく 3.0g 240.0g なす、果実 生 50.0g 4.0kg 植物油 4.0g 320.0g だし汁 40.0g 3.2kg 車糖・三温 1.0g 80.0g 料理酒 2.0g 160.0g しょうゆ・こいく 3.0g 240.0g みりん・本みりん 1.5g 120.0g さやいんげん、生 5.0g 400.0g <b>■ 付合せ人参</b> にんじん、根 生 10.0g 800.0g だし汁 10.0g 800.0g 白だし 0.5g 40.0g <b>■ 洋風卵焼き</b> 鶏卵、全卵 生 40.0g 3.2kg じゃがいも、塊茎 15.0g 1.2kg ぶた、ベーコン 7.0g 560.0g ミックスベジタブ 7.0g 560.0g 牛乳、普通牛乳 10.0g 800.0g パルメザンチーズ 1.0g 80.0g コンソメ・乾燥 0.5g 40.0g 食塩 0.1g 8.0g こしょう・白 適量 2.4g トマトケチャップ 8.0g 640.0g	<b>■ ご飯(普通盛)</b> —————> 600.0g <b>■ 味噌汁</b> —————> 60.0g —————> 4.0g —————> 26.0g —————> 4.0g —————> 600.0g <b>■ 鶏肉となすの田舎煮</b> とりもも皮つき若 50.0g 200.0g —————> 200.0g —————> 12.0g —————> 4.8g —————> 12.0g —————> 200.0g —————> 16.0g —————> 160.0g —————> 4.0g —————> 8.0g —————> 12.0g —————> 6.0g —————> 20.0g <b>■ 付合せ人参</b> —————> 40.0g —————> 40.0g —————> 2.0g <b>■ 洋風卵焼き</b> —————> 160.0g —————> 60.0g —————> 28.0g —————> 28.0g —————> 40.0g —————> 4.0g —————> 2.0g —————> 0.4g —————> 0.1g —————> 32.0g	<b>■ ご飯(普通盛)</b> 水稲めし・精白 110.0g 440.0g <b>■ 味噌汁</b> —————> —————> —————> —————> —————> <b>■ 鶏肉となすの田舎煮</b> とりもも皮なし成 30.0g 120.0g だし汁 20.0g 80.0g 料理酒 1.5g 6.0g 車糖・三温 0.6g 2.4g しょうゆ・こいく 1.5g 6.0g —————> だし汁 40.0g 160.0g 車糖・三温 1.0g 4.0g 料理酒 2.0g 8.0g しょうゆ・こいく 3.0g 12.0g みりん・本みりん 1.5g 6.0g さやいんげん、生 5.0g 20.0g <b>■ 付合せ人参</b> —————> —————> —————> <b>■ 洋風卵焼き</b> —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————> —————> <b>■ ブロッコリーの冷菜</b>	<b>■ ご飯(普通盛)</b> 水稲めし・精白 100.0g 200.0g <b>■ 味噌汁</b> —————> 30.0g —————> 2.0g —————> 13.0g —————> 2.0g —————> 300.0g <b>■ 鶏肉となすの田舎煮</b> —————> 60.0g —————> 40.0g —————> 3.0g —————> 1.2g —————> 3.0g —————> 100.0g —————> 80.0g —————> 2.0g —————> 4.0g —————> 6.0g —————> 3.0g —————> 10.0g <b>■ 付合せ人参</b> —————> 20.0g —————> 20.0g —————> 1.0g <b>■ 洋風卵焼き</b> —————> 80.0g —————> 30.0g —————> 14.0g —————> 14.0g —————> 20.0g —————> 2.0g —————> 1.0g —————> 0.2g <b>■ ブロッコリーの冷菜</b>	<b>■ ご飯(普通盛)</b> 水稲めし・精白 150.0g 150.0g <b>■ 鶏肉となすの田舎煮</b> とりもも皮なし成 50.0g 50.0g だし汁 50.0g 50.0g 料理酒 3.0g 3.0g 車糖・三温 1.2g 1.2g しょうゆ・こいく 3.0g 3.0g なす、果実 生 50.0g 50.0g 植物油 1.0g 1.0g だし汁 40.0g 40.0g 車糖・三温 1.0g 1.0g 料理酒 2.0g 2.0g しょうゆ・こいく 3.0g 3.0g みりん・本みりん 1.5g 1.5g さやいんげん、生 5.0g 5.0g <b>■ 付合せ人参</b> にんじん、根 生 10.0g 10.0g だし汁 10.0g 10.0g 白だし 0.5g 0.5g <b>■ 洋風卵焼き</b> 鶏卵、全卵 生 40.0g 40.0g じゃがいも、塊茎 15.0g 15.0g ぶた、ベーコン 7.0g 7.0g ミックスベジタブ 7.0g 7.0g 牛乳、普通牛乳 10.0g 10.0g パルメザンチーズ 1.0g 1.0g コンソメ・乾燥 0.5g 0.5g 食塩 0.1g 0.1g こしょう・白 適量 適量 <b>■ ブロッコリーの冷菜</b> 冷 ブロッコリー 28.0g 28.0g コーン (冷) 3.0g 3.0g ノンオイルドレ 3.4g 3.4g	<b>■ ご飯(普通盛)</b> —————> 1.1kg <b>■ 鶏肉となすの田舎煮</b> —————> 350.0g —————> 350.0g —————> 21.0g —————> 8.4g —————> 21.0g —————> 350.0g —————> 7.0g —————> 280.0g —————> 7.0g —————> 14.0g —————> 10.5g —————> 35.0g <b>■ 付合せ人参</b> —————> 70.0g —————> 70.0g —————> 3.5g <b>■ 洋風卵焼き</b> —————> 280.0g —————> 105.0g —————> 49.0g —————> 49.0g —————> 70.0g —————> 7.0g —————> 3.5g —————> 0.7g —————> 0.2g <b>■ ブロッコリーの冷菜</b> —————> 196.0g —————> 21.0g —————> 23.8g	<b>■ ご飯(普通盛)</b> 水稲全がゆ・精 250.0g 5.0kg <b>■ 味噌汁</b> 男爵 (生) 15.0g 300.0g いわのり、ほしい 1.0g 20.0g 淡色辛みそ 6.5g 130.0g 風味調味料 1.0g 20.0g 水 150.0g 3.0kg ソフティア2 1.6g 32.0g <b>■ 鶏肉となすの田舎煮</b> や)チキン 40.0g 800.0g だし汁 50.0g 1.0kg 料理酒 3.0g 60.0g 車糖・三温 1.2g 24.0g しょうゆ・こいく 3.0g 60.0g 片栗粉 1.0g 20.0g や)とけないなす 30.0g 600.0g 植物油 1.0g 20.0g だし汁 40.0g 800.0g 車糖・三温 1.0g 20.0g 料理酒 2.0g 40.0g しょうゆ・こいく 3.0g 60.0g みりん・本みりん 1.5g 30.0g 片栗粉 1.0g 20.0g や)温いんげん 10.0g 200.0g <b>■ 付合せ人参</b> や)温にんじん 10.0g 200.0g だし汁 10.0g 200.0g 白だし 0.5g 10.0g <b>■ 洋風卵焼き</b> や)たまご 30.0g 600.0g や)温じゃがいも 10.0g 200.0g や)温こまつな 10.0g 200.0g パルメザンチーズ 1.0g 20.0g トマトケチャップ 8.0g 160.0g <b>■ ブロッコリーの冷菜</b> や)冷ブロッコリ 28.0g 560.0g

[岡南の郷]

2

2024年 1月 7日 日曜日 献立予定(実施)表

常食1500	常食1700	常食1300	糖尿1200	腎臓食 (1)	塩分6 g	常食 (ムース)
夕食 80食	4食	4食	2食	1食	7食	20食
■ブロッコリーの冷菜 冷 ブロッコリー 28.0g 2.2kg コーン (冷) 3.0g 240.0g ノンオイルドレ 3.4g 272.0g	■ブロッコリーの冷菜 ———> 112.0g ———> 12.0g ———> 13.6g	———> ———> ———>	———> 56.0g ———> 6.0g ———> 6.8g			ノンオイルドレ 3.0g 60.0g