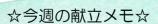
2025年《常食》献立予定表

	11月9日(日)	11月10日(月)	11月11日(火)	11月12日(水)	11月13日(木)	11日11日(全)	11月15日(土)
朝食	ねじりパン ジャム 牛乳 マカロニサラダ みかん	食パン ジャム 牛乳 茹で卯 ゼリー	菓子パン 牛乳 チーズ スープ煮	ドッグパン ジャム 牛乳 スクランブルエッグ バナナ	ねじりパン ジャム 牛乳 ポテトサラダ ゼリー	11月14日(金) 食パン ジャム 牛乳 チーズ バナナ	菓子パン 牛乳 茹で卵 野菜サラダ
	ITAIA * -: 469kcal	TAIA* -: 519kcal	I エネルギー:421kcal タンパク:16.0g 塩分:1.8g 御飯 鰆のさんしょう焼 炊き合わせ 和えもの	IAMA* -: 489kcal	TAM+*-:560kcal タンパク:13.7g 塩分:1.9g 梅昆布うどん 中華風煮 柚味噌かけ プリン (ご飯やお粥はっきません。)	IAM+*-:492kcal	はか: -: 445kcal タンパケ: 18.9g 塩分: 1.8g 御飯 ぶりの照り煮 きんぴら牛蒡 薩摩汁 味付のり
昼食	I ネルキ* -: 698kcal タンパ・ク : 28.6g 塩分 : 3.1g	エネルキ* -: 761kcal タンパ り : 24.8g 塩分 : 3.7g	エネルキ* -: 662kcal タンパ° ク: 26.7g 塩分: 2.5g	エネルキ・-: 720kcal タンパ・ク: 26.6g 塩分: 4.2g	エネルキ*ー:504kcal タンパ・ク:23.7g 塩分:4.1g	I ネルキ* -: 624kcal タンパ ク : 22.1g 塩分 : 2.7g	エネルキ* -: 734kcal タンパ ク : 26. 2g 塩分 : 2. 6g
タ	御飯 鶏のチリソース炒め 甘酢和え 味噌汁 きゅうり漬	御飯 南蛮漬け うの花炒り 煮浸し かき玉汁	そぼろ丼 切り干し大根の炒め煮 ピーナツ和え 味噌汁 Iネルギー:813kcal タンパウ:33.6g	御飯 おでん 生姜酢和え フルーツポンチ 漬物	御飯 海老フライ 焼きポテト 高野の田舎煮 ドレッシング和え オレンジ&リンゴ	きのこ御飯 北海焼き 炊き合わせ ごま味噌和え パイナップル	御飯 鶏肉のきのこソースがけ 炒り豆腐 甘酢和え つぼ漬け
食	塩分 :3.9g	塩分 :5.5g	塩分 :4.9g	塩分 :3.4g	塩分 : 2. 0g	塩分 :4.0g	塩分 :3.2g ** ** ** ** ** ** ** ** **



鰆の山椒焼き:山椒の風味をきかせた焼き魚をご賞味ください。

梅昆布うどん:とろろ昆布と梅干しをのせた温かいうどんをどうぞ。

オレンジ&リンゴ:食後にさっぱりとした果物をどうぞ。

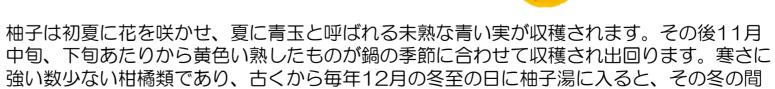
☆栄養元気情報☆

風邪を引かずに過ごせると言われています。

"旬の食材":柚子



No.1068





がんセンター 栄養管理部