

献立表

[有会社 角屋]  
 <若草寮・聖草寮>  
 (2024年 6月30日～2024年 7月 6日)

朝 食	6月30日(日)	7月 1日(月)	7月 2日(火)	7月 3日(水)	7月 4日(木)	7月 5日(金)	7月 6日(土)
パン 骨付ソーセージ ツナサラダ コーンバター 牛乳	米飯 サケの塩焼き 切干大根煮 巾着たまご 味噌汁 牛乳	パン コーンフレーク ミートボール コンヒネーション パンブキンサラダ 野菜たっぷりスープ 牛乳	米飯 にしん甘露煮 肉じゃが春雨 たたきごぼう 味噌汁 牛乳	米飯 豚肉たまご炒め イカ大根 がんもどき煮物 味噌汁 牛乳	パンバイキング ツレツレがやが炒め スクランブルエッグ コーンサラダ 野菜コンソメスープ 牛乳	米飯 旨辛子キン たまごサラダ さつまいもレモン煮 味噌汁 牛乳	材料 - 1161kcal   蛋白質 41.9g 脂質 61.8g   炭水 118.2g 食塩 4.5g
チャーハン 餃子 ザーサイ胡瓜和え ワンタンスープ	米飯 豚肉野菜巻きフライ カニカマサラダ 里芋煮	米飯 エビカツ ポテトサラダ	米飯 冷やしラーメン おにぎり	材料 - 1168kcal   蛋白質 47.4g 脂質 41.7g   炭水 165.1g 食塩 5.7g	材料 - 897kcal   蛋白質 44.1g 脂質 35.8g   炭水 100.7g 食塩 3.7g	材料 - 894kcal   蛋白質 40.2g 脂質 37.6g   炭水 110.7g 食塩 5.8g	材料 - 752kcal   蛋白質 30.1g 脂質 19.0g   炭水 118.8g 食塩 2.1g
ポークピーンズ れんこんきんぴら 小松菜ピーナツ和え カボチャポタージュ	米飯 煮込みハンバーグ ツナキャベツサラダ 南瓜スパイス焼き コンソメスープ	材料 - 698kcal   蛋白質 19.0g 脂質 31.4g   炭水 84.2g 食塩 1.1g	材料 - 571kcal   蛋白質 19.4g 脂質 9.9g   炭水 98.1g 食塩 2.2g	材料 - 664kcal   蛋白質 23.3g 脂質 33.3g   炭水 71.1g 食塩 1.5g	材料 - 665kcal   蛋白質 26.6g 脂質 29.2g   炭水 77.6g 食塩 1.6g	材料 - 744kcal   蛋白質 28.9g 脂質 33.6g   炭水 88.1g 食塩 4.1g	セルフハンバーグ ポテト スパゲティサラダ 卵スープ 牛乳
夕 食	材料 - 690kcal   蛋白質 31.3g 脂質 24.4g   炭水 90.4g 食塩 6.2g	材料 - 603kcal   蛋白質 23.2g 脂質 17.5g   炭水 91.1g 食塩 2.5g	材料 - 634kcal   蛋白質 30.9g 脂質 18.5g   炭水 88.5g 食塩 4.2g	材料 - 620kcal   蛋白質 19.7g 脂質 25.7g   炭水 86.6g 食塩 4.0g	材料 - 539kcal   蛋白質 17.6g 脂質 16.5g   炭水 81.5g 食塩 3.3g	材料 - 1031kcal   蛋白質 36.4g 脂質 40.4g   炭水 128.3g 食塩 5.1g	焼肉ピラフ やみつきキャベツ カレースープ 果物
合 計	材料 - 865kcal   蛋白質 38.7g 脂質 26.1g   炭水 124.2g 食塩 2.6g	材料 - 597kcal   蛋白質 17.9g 脂質 19.3g   炭水 92.0g 食塩 4.7g	材料 - 2491kcal   蛋白質 97.3g 脂質 91.6g   炭水 337.8g 食塩 11.0g	材料 - 2203kcal   蛋白質 74.0g 脂質 68.7g   炭水 327.5g 食塩 11.0g	材料 - 2100kcal   蛋白質 85.0g 脂質 85.6g   炭水 253.3g 食塩 8.5g	材料 - 2590kcal   蛋白質 103.2g 脂質 107.2g   炭水 314.6g 食塩 12.5g	材料 - 2223kcal   蛋白質 74.7g 脂質 88.9g   炭水 302.7g 食塩 7.7g



献立表

[有限会社 角屋]  
 <若草寮・聖華寮>  
 (2024年 7月14日～2024年 7月20日)

朝食	7月14日(日)	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)
パン	白菜ベコンソテー	鶏肉ごぼう炒め	パン	豚吉野煮	米飯	パンバイキング	米飯
オムレツ	塩肉じゃが	鶏肉ごぼう炒め	ハムソテー	茄子味噌和え	醤油チキン	ポロニアソーセージ	はんぺんチーズ焼き
野菜スープ	白和え	塩肉じゃが	目玉焼き	わさび菜のお浸し	ジャーマンポテト	ジャーマンポテト	ほうれん草のごま和え
牛乳	味噌汁	味噌汁	海草サラダ	味噌汁	ひじき煮	オーロラサラダ	五子巾着煮
牛乳	牛乳	牛乳	野菜コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁
カロリー	1111kcal	880kcal	760kcal	621kcal	799kcal	884kcal	920kcal
蛋白質	38.9g	33.6g	36.0g	31.1g	27.3g	33.7g	49.0g
炭水化物	50.2g	35.1g	33.1g	15.4g	36.2g	38.4g	34.9g
脂質	5.2g	2.8g	5.9g	3.1g	3.1g	4.9g	5.7g
食塩							
昼食	カレー豚井	冷たい塩ラーメン	親子丼	ピザトースト	米飯	米飯	ライスバーガー
オクラごま和え	エビチリソース	エビチリソース	切干ゆず風味	鶏のピカタ	白身魚照り焼き	鶏照り焼き	チーズがかりあげ
揚げじゃが	デザート	デザート	味噌汁	コーンポタージュ	コロケ	エビフライ	卵スープ
カロリー	638kcal	624kcal	521kcal	637kcal	606kcal	664kcal	869kcal
蛋白質	18.5g	37.1g	24.8g	27.0g	25.1g	30.6g	35.7g
炭水化物	24.4g	15.5g	14.1g	24.6g	21.2g	24.7g	51.8g
脂質	2.2g	4.3g	76.2g	3.2g	1.9g	1.8g	4.5g
食塩							
夕食	チキンガーリック焼き	豚肉マスタード焼き	スパゲティボリ	米飯	夏野菜カレ-	カレー焼きそば	米飯
スパゲティ炒め	厚揚げそぼろ煮	厚揚げそぼろ煮	パンブキンサラダ	牛カルビ焼き	シーフードサラダ	甘酢トマト	グリルチキン
真だくさんスープ	ブロッコリーマリネ	ブロッコリーマリネ	プリン	ほうれん草のごま和え	福神漬	いも団子	ツナサラダ
味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	アイスクリーム		ブロッコリーボリ
カロリー	506kcal	681kcal	735kcal	746kcal	758kcal	709kcal	664kcal
蛋白質	19.1g	32.2g	24.0g	23.9g	24.4g	20.3g	29.1g
炭水化物	15.5g	29.2g	24.7g	36.9g	27.5g	9.8g	29.5g
脂質	2.6g	2.0g	2.5g	3.4g	3.3g	5.7g	3.3g
食塩							
合計	2255kcal	2185kcal	2016kcal	1904kcal	2143kcal	2257kcal	2553kcal
蛋白質	76.5g	102.9g	84.8g	82.0g	76.8g	84.6g	113.8g
炭水化物	90.1g	78.8g	71.9g	76.9g	84.9g	72.9g	116.3g
脂質	297.6g	271.7g	276.2g	237.9g	280.0g	325.9g	283.7g
食塩	10.0g	9.1g	10.2g	9.7g	8.3g	12.4g	13.5g

献立表

[有限会社 角屋]  
 <若草寮・聖華寮>  
 (2024年 7月21日～2024年 7月24日)

	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)	7月24日(水)
朝食	パン フランクフルト スクランブルエッグ コーンサラダ オニオンスープ 牛乳 114kcal 蛋白質 46.3g 脂質 52.6g 炭水 119.7g 食塩 4.9g	米飯 肉野菜炒め 厚揚げそぼろ煮 納豆 味噌汁 牛乳 114kcal 蛋白質 37.8g 脂質 38.8g 炭水 83.9g 食塩 2.4g	パンバイキング ベーコンエッグ マカロニサラダ 具だくさんスープ 牛乳 114kcal 蛋白質 40.7g 脂質 46.8g 炭水 104.2g 食塩 5.3g	米飯 鶏の西京焼き 竹輪の磯揚げ 白和え 味噌汁 牛乳 114kcal 蛋白質 34.9g 脂質 24.2g 炭水 94.9g 食塩 3.2g
昼食	キムチチャーハン ポテサラ巻き 水餃子スープ 114kcal 蛋白質 21.4g 脂質 19.1g 炭水 86.3g 食塩 3.7g	米飯 豚肉マヨネーズ焼き イカリング アスパラベーコン 114kcal 蛋白質 30.1g 脂質 46.6g 炭水 76.4g 食塩 1.6g	米飯 サケの塩焼き チャブチエ 玉子焼き 114kcal 蛋白質 38.6g 脂質 28.9g 炭水 106.5g 食塩 2.7g	ロコモコ風丼 果物 114kcal 蛋白質 23.7g 脂質 17.0g 炭水 91.4g 食塩 1.1g
夕食	米飯 豚肉オイスター炒め 長芋サラダ きんぴらごぼう 味噌汁 114kcal 蛋白質 24.3g 脂質 13.5g 炭水 96.1g 食塩 3.2g	米飯 ポークチャップ 春雨マヨサラダ ピリ辛きゅうり チゲスープ 114kcal 蛋白質 20.8g 脂質 22.3g 炭水 80.9g 食塩 4.5g	冷やし海老天うどん つくね串 果物 114kcal 蛋白質 28.0g 脂質 18.0g 炭水 81.9g 食塩 4.8g	
合計	114kcal 蛋白質 92.0g 脂質 85.2g 炭水 302.1g 食塩 11.8g	114kcal 蛋白質 229.9kcal 蛋白質 88.7g 脂質 107.7g 炭水 251.2g 食塩 8.5g	114kcal 蛋白質 107.3g 脂質 93.7g 炭水 292.6g 食塩 12.8g	114kcal 蛋白質 133.1kcal 蛋白質 58.6g 脂質 41.2g 炭水 186.3g 食塩 4.3g