

週間献立表

県立リハビリ中央病院

アスリート食2600・130（Aメニュー）

日付	2025年04月21日(月)	2025年04月22日(火)	2025年04月23日(水)	2025年04月24日(木)	2025年04月25日(金)	2025年04月26日(土)	2025年04月27日(日)
朝食	NEGLEズンラウンド (ア)サラダ(ごま) (ア)コーンスープ ローファット牛乳 オレンジ	食パン (ア)マカロニサラダ ゆで卵 ローファット牛乳 ももゼリー	NEGロール (ア)サラダ(マヨネーズ) スープ(玉ねぎ・じゃが芋) ローファット牛乳 バナナ	クリームロール (ア)ポテトサラダ ゆで卵 ローファット牛乳 みかんゼリー	NEGイエローロール ソテー(コンソメ味) (ア)卵スープ ローファット牛乳 チーズ バナナ	クリームエスカルゴ (ア)スパゲティサラダ (ア)スクランブルエッグ(野菜) ローファット牛乳 やさいゼリー	食パン ミネストローネ (ア)卵サラダ ローファット牛乳 バナナ
	エネルギー717kcal 蛋白質24.8g 脂質24.0g 炭水化物100.6g 食物繊維3.2g 食塩3.6g	エネルギー716kcal 蛋白質31.3g 脂質17.9g 炭水化物105.9g 食物繊維4.2g 食塩2.7g	エネルギー695kcal 蛋白質22.5g 脂質20.1g 炭水化物108.9g 食物繊維4.3g 食塩2.3g	エネルギー652kcal 蛋白質22.8g 脂質22.7g 炭水化物87.6g 食物繊維2.8g 食塩2.1g	エネルギー697kcal 蛋白質25.6g 脂質21.8g 炭水化物100.8g 食物繊維2.6g 食塩2.9g	エネルギー692kcal 蛋白質27.1g 脂質29.1g 炭水化物86.4g 食物繊維2.2g 食塩2.2g	エネルギー735kcal 蛋白質26.6g 脂質21.0g 炭水化物111.1g 食物繊維5.7g 食塩3.2g
昼食	米飯 たらの柚子おろし煮 おかか和え(カリフラワー) 清汁(なめこ) (ア)スクランブルエッグ(野菜) ローファット牛乳 キウイ	米飯 鶏肉とタケノコの中華炒め あじのソテー 玉ねぎソース くるみ和え(いんげん) 味噌汁(白味噌・キノ) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 鶏じゃが さばの照り焼き 梅肉和え(白菜) 野菜炒め(大豆もやし) ローファット牛乳 グレープフルーツ	米飯 豚肉と高野豆腐の含め煮 酢の物(塩クラゲ) チーズ きのこソテー ローファット牛乳 バナナ	米飯 赤魚のおろし煮 鶏肉の磯辺揚げ ひじきのサラダ(ごまマヨ) 味噌汁(豆腐・えのき) ローファット牛乳 キウイ	米飯 鶏肉の竜田揚げ 添え野菜(キャベツ・アスパラソテー) かれいの煮付け カニかまサラダ スープ(玉ねぎ・ベーコン) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 カレイのブロッコリーソースかけ 添え野菜(スパゲティ) ナムル(ホウレン草) 中華スープ(豆腐・たけのこ) ローファット牛乳 りんご
	エネルギー878kcal 蛋白質49.3g 脂質11.2g 炭水化物142.2g 食物繊維9.0g 食塩3.9g	エネルギー1020kcal 蛋白質53.1g 脂質20.9g 炭水化物150.6g 食物繊維9.8g 食塩3.8g	エネルギー1054kcal 蛋白質52.4g 脂質23.9g 炭水化物150.3g 食物繊維8.5g 食塩2.9g	エネルギー999kcal 蛋白質42.9g 脂質20.7g 炭水化物160.4g 食物繊維9.8g 食塩3.1g	エネルギー1031kcal 蛋白質53.5g 脂質23.1g 炭水化物147.8g 食物繊維9.1g 食塩3.3g	エネルギー1005kcal 蛋白質54.7g 脂質21.9g 炭水化物139.3g 食物繊維5.4g 食塩3.3g	エネルギー878kcal 蛋白質47.5g 脂質12.2g 炭水化物141.8g 食物繊維8.0g 食塩2.3g
夕食	米飯 牛肉のすきやき風 マセドアンサラダ(サツマ芋・ハム) ソテー(アスパラ・ベーコン) いちご	米飯 シーフードグラタン(エビ・カ・アサリ) 豆腐サラダ きんぴられんこん フルーチェ	さけ寿司 マヨ和え(キャベツ・卵) 金時豆の甘煮 けんちん汁 りんご	米飯 かれいのニラ玉焼き 添え野菜(野菜炒め) 鶏肉のカレークリームソース マヨ和え(プロ) 切り干し大根 ソファールヨーグルト	米飯 八宝菜(豚・えび・タケノ) ピーナッツ和え(白菜) 大学芋 パイナップル	米飯 さわらの西京焼き 添え野菜(いんげん・南瓜) 菜種和え(ほうれん草) 煮浸し(油揚げ・白菜) りんご	米飯 ハンバーグ(牛豚) 添え野菜(玉ねぎソテー・グラッセ) ゆで卵 ごぼうサラダ(ごまドレ) ミルク煮(白菜・ホタテ) フルーチェ
	エネルギー1088kcal 蛋白質46.8g 脂質34.0g 炭水化物144.2g 食物繊維9.1g 食塩2.6g	エネルギー956kcal 蛋白質38.9g 脂質16.3g 炭水化物158.5g 食物繊維9.0g 食塩3.2g	エネルギー932kcal 蛋白質37.4g 脂質20.5g 炭水化物145.0g 食物繊維7.8g 食塩4.3g	エネルギー1084kcal 蛋白質55.2g 脂質27.6g 炭水化物148.6g 食物繊維9.3g 食塩2.8g	エネルギー948kcal 蛋白質42.2g 脂質18.1g 炭水化物150.1g 食物繊維9.9g 食塩2.0g	エネルギー915kcal 蛋白質44.7g 脂質23.8g 炭水化物124.7g 食物繊維7.4g 食塩2.2g	エネルギー1094kcal 蛋白質42.7g 脂質35.2g 炭水化物145.7g 食物繊維10.1g 食塩3.2g
日計	エネルギー2683kcal 蛋白質120.9g 脂質69.2g 炭水化物387.0g 食物繊維21.3g 食塩10.1g	エネルギー2692kcal 蛋白質123.3g 脂質55.1g 炭水化物415.0g 食物繊維23.0g 食塩9.7g	エネルギー2681kcal 蛋白質112.3g 脂質64.5g 炭水化物404.2g 食物繊維20.6g 食塩9.5g	エネルギー2735kcal 蛋白質120.9g 脂質71.0g 炭水化物396.6g 食物繊維21.9g 食塩8.0g	エネルギー2676kcal 蛋白質121.3g 脂質63.0g 炭水化物398.7g 食物繊維21.6g 食塩8.2g	エネルギー2612kcal 蛋白質126.5g 脂質74.8g 炭水化物350.4g 食物繊維15.0g 食塩7.7g	エネルギー2707kcal 蛋白質116.8g 脂質68.4g 炭水化物398.6g 食物繊維23.8g 食塩8.7g

※都合により、献立を一部変更する場合がありますので、ご理解よろしくお願いいたします。

週間献立表

県立リハビリ中央病院

アスリート食3000・150（Aメニュー）

日付	2025年04月21日(月)	2025年04月22日(火)	2025年04月23日(水)	2025年04月24日(木)	2025年04月25日(金)	2025年04月26日(土)	2025年04月27日(日)
朝食	NEGLEズンラウンド (ア) サラダ(ごま) (ア) コーンスープ ローファット牛乳 オレンジ	食パン・レーズンラウンド (ア) マカロニサラダ ゆで卵 ローファット牛乳 ももゼリー	NEGロール (ア) サラダ(マヨネーズ) スープ(玉ねぎ・じゃが芋) ローファット牛乳 バナナ	クリームロール・NEGロール (ア) ポテトサラダ ゆで卵 ローファット牛乳 みかんゼリー	NEGイエローロール ソテー(コンソメ味) (ア) 卵スープ ローファット牛乳 チーズ バナナ	クリームエスカルゴ・NEGイエローロール (ア) スパゲティサラダ (ア) スクランブルエッグ(野菜) ローファット牛乳 やさいゼリー	食パン・クリームエスカルゴ ミネストローネ (ア) 卵サラダ ローファット牛乳 バナナ
	エネルギー885kcal 蛋白質28.2g 脂質27.9g 炭水化物130.0g 食物繊維3.2g 食塩4.0g	エネルギー884kcal 蛋白質34.7g 脂質21.8g 炭水化物135.3g 食物繊維4.2g 食塩3.1g	エネルギー863kcal 蛋白質25.9g 脂質24.0g 炭水化物138.3g 食物繊維4.3g 食塩2.8g	エネルギー820kcal 蛋白質26.2g 脂質26.6g 炭水化物117.0g 食物繊維2.8g 食塩2.6g	エネルギー865kcal 蛋白質29.0g 脂質25.7g 炭水化物130.2g 食物繊維2.6g 食塩3.4g	エネルギー860kcal 蛋白質30.5g 脂質33.0g 炭水化物115.8g 食物繊維2.2g 食塩2.7g	エネルギー923kcal 蛋白質27.8g 脂質31.6g 炭水化物136.9g 食物繊維4.7g 食塩2.9g
	米飯 たらの柚子おろし煮 おかか和え(カリフラワー) 清汁(なめこ) (ア) スクランブルエッグ(野菜) ローファット牛乳 キウイ	米飯 鶏肉とタケノコの中華炒め あじのソテー 玉ねぎソース くるみ和え(いんげん) 味噌汁(白味噌・キノ) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 鶏じゃが さばの照り焼き 梅肉和え(白菜) 野菜炒め(大豆もやし) ローファット牛乳 グレープフルーツ	米飯 豚肉と高野豆腐の含め煮 酢の物(塩クラゲ) チーズ きのこソテー ローファット牛乳 バナナ	米飯 赤魚のおろし煮 鶏肉の磯辺揚げ ひじきのサラダ(ごまマヨ) 味噌汁(豆腐・えのき) ローファット牛乳 キウイ	米飯 鶏肉の竜田揚げ 添え野菜(キャベツ・アスパラソテー) かれいの煮付け カニかまサラダ スープ(玉ねぎ・ベーコン) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 カレイのブロッコリーソースかけ 添え野菜(スパゲティ) 鶏肉の味噌炒め ナムル(ホウレン草) 中華スープ(豆腐・たけのこ) ローファット牛乳 りんご
昼食	エネルギー913kcal 蛋白質49.9g 脂質11.3g 炭水化物150.0g 食物繊維9.1g 食塩3.9g	エネルギー1234kcal 蛋白質70.7g 脂質27.6g 炭水化物169.5g 食物繊維11.8g 食塩4.7g	エネルギー1312kcal 蛋白質70.6g 脂質33.4g 炭水化物173.5g 食物繊維10.4g 食塩3.8g	エネルギー1034kcal 蛋白質43.5g 脂質20.8g 炭水化物168.2g 食物繊維9.9g 食塩3.1g	エネルギー1177kcal 蛋白質62.4g 脂質28.9g 炭水化物162.0g 食物繊維9.6g 食塩3.4g	エネルギー1040kcal 蛋白質55.3g 脂質22.0g 炭水化物147.1g 食物繊維5.5g 食塩3.3g	エネルギー1112kcal 蛋白質65.9g 脂質18.9g 炭水化物166.1g 食物繊維11.4g 食塩3.5g
	米飯 牛肉のすきやき風 かれいの香草パン粉焼き マセドアンサラダ(サツマ芋・ハム) ソテー(アスパラ・ベーコン) いちご	米飯 シーフードグラタン(エビ・カ・アサリ) 豆腐サラダ きんぴられんこん フルーチェ	さけ寿司 マヨ和え(キャベツ・卵) 金時豆の甘煮 けんちん汁 りんご	米飯 かれいのニラ玉焼き 添え野菜(野菜炒め) 鶏肉のカレークリームソース マヨ和え(プロ) 切り干し大根 ソフールヨーグルト	米飯 八宝菜(豚・えび・タケノ) ピーナッツ和え(白菜) 大学芋 ゆで卵 パイナップル	米飯 さわらの西京焼き 添え野菜(いんげん・南瓜) 鶏肉のケチャップ炒め 菜種和え(ほうれん草) 煮浸し(油揚げ・白菜) りんご	米飯 ハンバーグ(牛豚) 添え野菜(玉ねぎ・ソテー・グラッセ) ゆで卵 ごぼうサラダ(ごまドレ) ミルク煮(白菜・ホタテ) フルーチェ
	エネルギー1350kcal 蛋白質69.0g 脂質41.3g 炭水化物168.7g 食物繊維10.1g 食塩3.8g	エネルギー991kcal 蛋白質39.5g 脂質16.4g 炭水化物166.3g 食物繊維9.1g 食塩3.2g	エネルギー967kcal 蛋白質38.0g 脂質20.6g 炭水化物152.8g 食物繊維7.9g 食塩4.3g	エネルギー1212kcal 蛋白質65.6g 脂質30.6g 炭水化物161.3g 食物繊維9.7g 食塩3.5g	エネルギー1074kcal 蛋白質50.2g 脂質24.4g 炭水化物158.1g 食物繊維10.0g 食塩2.2g	エネルギー1119kcal 蛋白質58.5g 脂質30.5g 炭水化物145.5g 食物繊維9.5g 食塩3.4g	エネルギー1129kcal 蛋白質43.3g 脂質35.3g 炭水化物153.5g 食物繊維10.2g 食塩3.2g
夕食	エネルギー3148kcal 蛋白質147.1g 脂質80.5g 炭水化物448.7g 食物繊維22.4g 食塩11.7g	エネルギー3109kcal 蛋白質144.9g 脂質65.8g 炭水化物471.1g 食物繊維25.1g 食塩11.0g	エネルギー3142kcal 蛋白質134.5g 脂質78.0g 炭水化物464.6g 食物繊維22.6g 食塩10.9g	エネルギー3066kcal 蛋白質135.3g 脂質78.0g 炭水化物446.5g 食物繊維22.4g 食塩9.2g	エネルギー3116kcal 蛋白質141.6g 脂質79.0g 炭水化物450.3g 食物繊維22.2g 食塩9.0g	エネルギー3019kcal 蛋白質144.3g 脂質85.5g 炭水化物408.4g 食物繊維17.2g 食塩9.4g	エネルギー3164kcal 蛋白質137.0g 脂質85.8g 炭水化物456.5g 食物繊維26.3g 食塩9.6g
日計	エネルギー3148kcal 蛋白質147.1g 脂質80.5g 炭水化物448.7g 食物繊維22.4g 食塩11.7g	エネルギー3109kcal 蛋白質144.9g 脂質65.8g 炭水化物471.1g 食物繊維25.1g 食塩11.0g	エネルギー3142kcal 蛋白質134.5g 脂質78.0g 炭水化物464.6g 食物繊維22.6g 食塩10.9g	エネルギー3066kcal 蛋白質135.3g 脂質78.0g 炭水化物446.5g 食物繊維22.4g 食塩9.2g	エネルギー3116kcal 蛋白質141.6g 脂質79.0g 炭水化物450.3g 食物繊維22.2g 食塩9.0g	エネルギー3019kcal 蛋白質144.3g 脂質85.5g 炭水化物408.4g 食物繊維17.2g 食塩9.4g	エネルギー3164kcal 蛋白質137.0g 脂質85.8g 炭水化物456.5g 食物繊維26.3g 食塩9.6g

※都合により、献立を一部変更する場合がありますので、ご理解よろしくお願いいたします。