

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	2026年04月06日(月)	2026年04月07日(火)	2026年04月08日(水)	2026年04月09日(木)	2026年04月10日(金)	2026年04月11日(土)	2026年04月12日(日)
朝食	NEGレーズンラウンド スクランブルエッグ (ア)ウインナー ローファット牛乳 オレンジ	食パン ソテー(コンソメ味) (ア)卵スープ チーズ 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) ゆで卵 ローファット牛乳 バナナ	クリームロール (ア)サラダ(ごま) (ア)コーンスープ ローファット牛乳 みかんゼリー	NEGイエローロール スクランブルエッグ(ほうれん草) チーズ ローファット牛乳 バナナ	クリームエスカルゴ (ア)コールスローサラダ (ア)スープ(玉ネギ・ジャガ芋) ローファット牛乳 やさしいゼリー	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685kcal 蛋白質23.8g 脂質28.6g 食物繊維1.5g 炭水化物84.0g 食塩2.6g	エネルギー695kcal 蛋白質30.4g 脂質18.5g 食物繊維4.6g 炭水化物101.5g 食塩3.3g	エネルギー752kcal 蛋白質28.8g 脂質27.8g 食物繊維3.2g 炭水化物98.6g 食塩2.0g	エネルギー617kcal 蛋白質28.4g 脂質15.2g 食物繊維4.4g 炭水化物92.6g 食塩3.6g	エネルギー653kcal 蛋白質22.6g 脂質20.9g 食物繊維2.4g 炭水化物96.0g 食塩2.4g	エネルギー639kcal 蛋白質28.8g 脂質24.8g 食物繊維2.8g 炭水化物82.9g 食塩2.8g	エネルギー757kcal 蛋白質30.1g 脂質22.2g 食物繊維6.3g 炭水化物110.9g 食塩3.1g
昼食	米飯 チキンステーキ(BBQソース) 添え野菜(エリンギ・ソテー) 赤魚の煮付け 春雨サラダ(マヨ) 赤だし汁(なめこ・ワカメ) チーズ りんご	米飯 鶏肉とタケノコの中華炒め ぶりの塩麹焼き 添え野菜(インゲン・グラッセ) おろし和え(ホウレン草・エノキ) 南瓜の煮物 ローファット牛乳 グレープフルーツ	米飯 さわらの西京焼き 添え野菜(インゲン・南瓜) 大豆サラダ きんぴらじゃが 清汁(豆腐・エノキ・ミツハ) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 鶏肉の甘酢あんかけ ピーナッツ和え(チンゲン菜) 冷奴(ポン酢) 野菜炒め(アスパラ) ローファット牛乳 バナナ	米飯 豆腐のピザ風チーズ焼き (ア)ロールキャベツ サラダ(大根) きのこソテー(エノキ・ピーマン) 卵豆腐(冷) ローファット牛乳 キウイ	米飯 チンジャオロース(牛) (ア)白身魚の香草焼き 添え野菜(スパゲティ) くるみ和え(白菜) ホウレン草のソテー(イタリアン) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 あじの焼き浸し (ア)豆腐ハンバーグ(中華あん) 酢の物(春雨) 大根の味噌田楽 ローファット牛乳 キウイ
	エネルギー955kcal 蛋白質46.9g 脂質19.9g 食物繊維8.6g 炭水化物141.6g 食塩4.1g	エネルギー1092kcal 蛋白質52.5g 脂質26.9g 食物繊維11.8g 炭水化物156.2g 食塩3.7g	エネルギー1059kcal 蛋白質52.1g 脂質25.4g 食物繊維8.7g 炭水化物150.3g 食塩3.6g	エネルギー1038kcal 蛋白質46.5g 脂質20.0g 食物繊維9.3g 炭水化物166.3g 食塩2.4g	エネルギー1120kcal 蛋白質49.8g 脂質33.1g 食物繊維12.5g 炭水化物155.7g 食塩5.1g	エネルギー981kcal 蛋白質49.4g 脂質21.4g 食物繊維9.6g 炭水化物146.6g 食塩3.5g	エネルギー1096kcal 蛋白質49.3g 脂質20.5g 食物繊維9.9g 炭水化物174.5g 食塩4.6g
夕食	米飯 いかのパン粉焼き 添え野菜(キャベツ・人参)/和風ドレ 豚こま酢豚 梅肉和え(白菜) 五目豆(コンニャク) ソフールヨーグルト	米飯 高野豆腐グラタン(エビ) 豚肉のピカタ 添え野菜(玉ネギアスパラソテー・グラッセ) 海藻サラダ スープ(鶏・白菜) パイナップル	米飯(半量) もろこしうどん(卵・ホタテ) 八宝菜(豚・エビ) 中華和え(オクラ・ツナ) ちくわの磯辺揚げ(小鉢) フルーチェ	米飯 かれいのニラ玉焼き とんかつ 添え野菜(インゲン・グラッセ) 韓国風サラダ 里芋の煮物 りんご	米飯 タンダリーチキン 添え野菜(キャベツ・ピー) えび団子の揚げ煮 マヨ和え(モヤシ) スープ(豆腐・しいたけ) いちご	米飯 鮭のオープン焼き(ホテサラ) 鶏肉の味噌炒め ひじきと枝豆のサラダ かき玉汁(ミツハ) パイナップル	親子丼(具:別棟) 辛子和え(いんげん) 甘辛炒め(ピーマン・ちくわ) サラダ(玉ネギ) 味噌汁(豆腐) フルーチェ
	エネルギー1112kcal 蛋白質51.0g 脂質18.4g 食物繊維10.1g 炭水化物181.0g 食塩3.9g	エネルギー875kcal 蛋白質38.8g 脂質18.5g 食物繊維7.7g 炭水化物134.5g 食塩3.8g	エネルギー914kcal 蛋白質41.6g 脂質16.5g 食物繊維10.2g 炭水化物144.3g 食塩5.3g	エネルギー1092kcal 蛋白質51.6g 脂質25.7g 食物繊維7.3g 炭水化物156.7g 食塩3.7g	エネルギー1021kcal 蛋白質48.5g 脂質26.5g 食物繊維8.8g 炭水化物144.0g 食塩4.4g	エネルギー1012kcal 蛋白質53.7g 脂質24.7g 食物繊維10.8g 炭水化物140.8g 食塩3.9g	エネルギー1006kcal 蛋白質48.8g 脂質19.1g 食物繊維10.2g 炭水化物156.2g 食塩5.2g
日計	エネルギー2752kcal 蛋白質121.7g 脂質66.9g 食物繊維20.2g 炭水化物406.6g 食塩10.6g	エネルギー2662kcal 蛋白質121.7g 脂質63.9g 食物繊維24.1g 炭水化物392.2g 食塩10.8g	エネルギー2725kcal 蛋白質122.5g 脂質69.7g 食物繊維22.1g 炭水化物393.2g 食塩10.9g	エネルギー2747kcal 蛋白質126.5g 脂質60.9g 食物繊維21.0g 炭水化物415.6g 食塩9.7g	エネルギー2794kcal 蛋白質120.9g 脂質80.5g 食物繊維23.7g 炭水化物395.7g 食塩11.9g	エネルギー2632kcal 蛋白質131.9g 脂質70.9g 食物繊維23.2g 炭水化物370.3g 食塩10.2g	エネルギー2859kcal 蛋白質128.2g 脂質61.8g 食物繊維26.4g 炭水化物441.6g 食塩12.9g

※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	2026年04月06日(月)	2026年04月07日(火)	2026年04月08日(水)	2026年04月09日(木)	2026年04月10日(金)	2026年04月11日(土)	2026年04月12日(日)
朝食	NEGLEーズンラウンド スクランブルエッグ (ア)ウインナー ローファット牛乳 オレンジ	食パン・レーズンラウンド ソテー(コンソメ味) (ア)卵スープ チーズ 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) ゆで卵 ローファット牛乳 バナナ	クリームロール・NEGロール (ア)サラダ(ごま) (ア)コーンスープ ローファット牛乳 みかんゼリー	NEGイエローロール スクランブルエッグ(ほうれん草) チーズ ローファット牛乳 バナナ	クリームエスカルゴ・NEGイエローロール (ア)コールスローサラダ (ア)スープ(玉ネギ・ジャガ芋) ローファット牛乳 やさしいゼリー	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853kcal 蛋白質27.2g 脂質32.5g 炭水化物113.4g 食物繊維1.5g 食塩3.0g	エネルギー863kcal 蛋白質33.8g 脂質22.4g 炭水化物130.9g 食物繊維4.6g 食塩3.7g	エネルギー920kcal 蛋白質32.2g 脂質31.7g 炭水化物128.0g 食物繊維3.2g 食塩2.5g	エネルギー785kcal 蛋白質31.8g 脂質19.1g 炭水化物122.0g 食物繊維4.4g 食塩4.1g	エネルギー821kcal 蛋白質26.0g 脂質24.8g 炭水化物125.4g 食物繊維2.4g 食塩2.9g	エネルギー807kcal 蛋白質32.2g 脂質28.7g 炭水化物112.3g 食物繊維2.8g 食塩3.3g	エネルギー920kcal 蛋白質33.5g 脂質29.9g 炭水化物134.5g 食物繊維6.3g 食塩3.4g
昼食	米飯 チキンステーキ(BBQソース) 添え野菜(エリンギ・ソテー) 赤魚の煮付け 春雨サラダ(マヨ) 赤だし汁(なめこ・ワカメ) チーズ りんご	米飯 鶏肉とタケノコの中華炒め ぶりの塩麹焼き 添え野菜(インゲン・グラッセ) おろし和え(ほうれん草・エノキ) 南瓜の煮物 ローファット牛乳 グレープフルーツ	米飯 さわらの西京焼き 牛肉とキムチの炒め物 大豆サラダ きんぴらじゃが 清汁(豆腐・エノキ・ミツハ) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 鶏肉の甘酢あんかけ たいのホイル焼き(バターソース) ピーナッツ和え(チンゲン菜) 野菜炒め(アスパラ) ローファット牛乳 バナナ	米飯 豆腐のピザ風チーズ焼き ミートローフ(牛ミンチとチーズのオープン焼) サラダ(大根) きのこソテー(エノキ・ピーマン) 卵豆腐(冷) ローファット牛乳 キウイ	米飯 チンジャオロース(牛) (ア)白身魚の香草焼き くるみ和え(白菜) ほうれん草のソテー(イタリアン) スープ(春雨・ワカメ) ローファット牛乳 オレンジ	米飯 あじの焼き浸し (ア)豆腐ハンバーグ(中華あん) 酢の物(春雨) 大根の味噌田楽 ローファット牛乳 キウイ
	エネルギー1077kcal 蛋白質55.4g 脂質23.6g 炭水化物154.1g 食物繊維9.0g 食塩4.3g	エネルギー1241kcal 蛋白質61.7g 脂質34.9g 炭水化物165.2g 食物繊維11.9g 食塩4.1g	エネルギー1309kcal 蛋白質71.5g 脂質36.1g 炭水化物168.3g 食物繊維11.0g 食塩4.8g	エネルギー1173kcal 蛋白質56.4g 脂質26.3g 炭水化物174.8g 食物繊維10.4g 食塩2.8g	エネルギー1427kcal 蛋白質64.7g 脂質51.3g 炭水化物174.4g 食物繊維14.0g 食塩5.3g	エネルギー1064kcal 蛋白質50.6g 脂質21.6g 炭水化物165.7g 食物繊維10.8g 食塩4.7g	エネルギー1214kcal 蛋白質58.2g 脂質22.9g 炭水化物188.6g 食物繊維10.6g 食塩5.1g
夕食	米飯 いかと魚のパン粉焼き 添え野菜(キャベツ・人参)/和風ドレ 豚こま酢豚 梅肉和え(白菜) 五目豆(コンニャク) ソファールヨーグルト	米飯 高野豆腐グラタン(エビ) 豚肉のピカタ 添え野菜(玉ネギアスパラソテー・グラッセ) 海藻サラダ スープ(鶏・白菜) パイナップル	米飯(半量) もろこしうどん(卵・ホタテ) 八宝菜(豚・エビ) 中華和え(オクラ・ツナ) ちくわの磯辺揚げ(小鉢) フルーチェ	米飯 かれのニラ玉焼き とんかつ 添え野菜(インゲン・グラッセ) 韓国風サラダ 里芋の煮物 りんご	米飯 タンドリーチキン 添え野菜(キャベツ・ピー) えび団子の揚げ煮 マヨ和え(モヤシ) スープ(豆腐・しいたけ) いちご	米飯 鮭のオープン焼き(ポテサラ) 鶏肉の味噌炒め ひじきと枝豆のサラダ かき玉汁(ミツハ) パイナップル	親子丼(具:別碗) 焼き魚(鮭) 辛子和え(いんげん) 甘辛炒め(ピーマン・ちくわ) 味噌汁(豆腐) フルーチェ
	エネルギー1266kcal 蛋白質66.3g 脂質24.6g 炭水化物188.3g 食物繊維10.9g 食塩4.6g	エネルギー1046kcal 蛋白質49.4g 脂質24.4g 炭水化物153.6g 食物繊維9.7g 食塩4.8g	エネルギー932kcal 蛋白質41.9g 脂質16.6g 炭水化物148.2g 食物繊維10.2g 食塩5.3g	エネルギー1220kcal 蛋白質62.0g 脂質28.7g 炭水化物169.4g 食物繊維7.7g 食塩4.3g	エネルギー1056kcal 蛋白質49.1g 脂質26.6g 炭水化物151.8g 食物繊維8.9g 食塩4.4g	エネルギー1164kcal 蛋白質64.4g 脂質29.8g 炭水化物156.3g 食物繊維12.1g 食塩4.5g	エネルギー1096kcal 蛋白質61.2g 脂質22.2g 炭水化物157.3g 食物繊維8.6g 食塩5.6g
日計	エネルギー3196kcal 蛋白質148.9g 脂質80.7g 炭水化物455.8g 食物繊維21.4g 食塩11.9g	エネルギー3150kcal 蛋白質144.9g 脂質81.7g 炭水化物449.7g 食物繊維26.2g 食塩12.6g	エネルギー3161kcal 蛋白質145.6g 脂質84.4g 炭水化物444.5g 食物繊維24.4g 食塩12.6g	エネルギー3178kcal 蛋白質150.2g 脂質74.1g 炭水化物466.2g 食物繊維22.5g 食塩11.2g	エネルギー3304kcal 蛋白質139.8g 脂質102.7g 炭水化物451.6g 食物繊維25.3g 食塩12.6g	エネルギー3035kcal 蛋白質147.2g 脂質80.1g 炭水化物434.3g 食物繊維25.7g 食塩12.5g	エネルギー3230kcal 蛋白質152.9g 脂質75.0g 炭水化物480.4g 食物繊維25.5g 食塩14.1g

※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ひいたします。