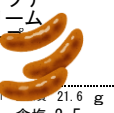
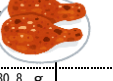
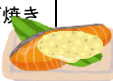
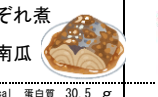
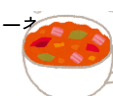
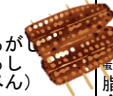
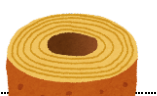
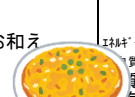


[なごみ ショートステイ 9月 献立表]

調布市知的障害者援護施設なごみ

2026年 9月 1:常食

2026-08-21 印刷

日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価	日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
1 (火)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 たまねぎ 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 西京焼き 和風ポテト 豚汁 	ジョア ミニ 	もち麦ご飯 五目親子煮 キムチ納豆 みそ汁 	エネルギー - 1898 kcal たんぱく質 86.7 g 脂質 51.6 g 食塩 6.8 g	8 (火)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 もやし 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ 焼魚 ほっけ おろしポン酢 パンプキンサ 青葉汁 	ミルージュ 	もち麦ご飯 豚生揚げのみそめ ほうれん草のえのきびたし 清汁 (はんぺん・ニ) 	エネルギー - 1883 kcal たんぱく質 82.4 g 脂質 47.8 g 食塩 8.5 g
2 (水)	米飯 ウインナーソテー ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	冷やしきつねそば 唐揚げサラダ NEW 	小豆ムース 	もち麦ご飯 豚肉の桑焼き ナムル みそ汁 なす 	エネルギー - 1887 kcal たんぱく質 81.8 g 脂質 53.2 g 食塩 9.8 g	9 (水)	米飯 ウインナーソテー ポテトクリーム かき玉スープ 牛乳 	カツカレー とんかつ トマトなすマリネ 	いちご豆乳 	もち麦ご飯 とりの生葉焼き マカロニカレーサラダ みそ汁 なまあげ 	エネルギー - 1942 kcal たんぱく質 81.6 g 脂質 53.5 g 食塩 8.4 g
3 (木)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 タンダーチキン ゆでほうれん草 さつまいもサラダ みそ汁 	ソファール 元気 	もち麦ご飯 和風ハンバーグ ゆかり和え オクラ納豆 みそ汁 なまあげ 	エネルギー - 1863 kcal たんぱく質 80.3 g 脂質 48.2 g 食塩 7.9 g	10 (木)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁 (玉葱) 牛乳 	もち麦ご飯 酢鶏 ほうれん草の みそ汁 	マンゴー 	麻婆丼ぶり ひとくち春巻き ハムブロッコリーサラダ かきたま汁 	エネルギー - 1967 kcal たんぱく質 83.4 g 脂質 56.7 g 食塩 8.0 g
4 (金)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ さけのみそチーズ焼き ツナサラダ キャベツスープ 	マンゴー 	もち麦ご飯 パンガシウスの 甘酢あんかけ なめこ豆腐 さつま汁 	エネルギー - 1887 kcal たんぱく質 83.0 g 脂質 52.9 g 食塩 6.9 g	11 (金)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ さばのみぞれ煮 ナムル みそ汁 南瓜 	ソファール 元気 	もち麦ご飯 鶏の山椒煮 納豆 みそ汁 	エネルギー - 1907 kcal たんぱく質 87.9 g 脂質 50.1 g 食塩 8.0 g
5 (土)	米飯 ミネストローネ バナナ 牛乳 	ナポリタン カリフラワーサラダ ミルク 	キャラメルプリン 	もち麦ご飯 さば蒲焼き 里芋の煮ころがし なめたけおろし 清汁 (はんぺん) 	エネルギー - 1924 kcal たんぱく質 81.5 g 脂質 46.3 g 食塩 8.5 g	12 (土)	米飯 肉団子の生葉スープ バナナ 牛乳 	もち麦ご飯 ふりかけ パンガシウスの せん切り野菜あんかけ キャベツサラダ みそ汁 なら 	水羊羹 	もち麦ご飯 肉豆腐 さつま芋レーズン煮 みそ汁 (オクラ) 	エネルギー - 2009 kcal たんぱく質 80.7 g 脂質 45.3 g 食塩 6.2 g
6 (日)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (たまご・はん) 牛乳 	もち麦ご飯 ホイコーロー (回鍋肉) ぎょうざ ほうれん草 中華スー 	プリン 	もち麦ご飯 ふりかけ 西京焼き ジャーマンポ けんちん汁 	エネルギー - 1900 kcal たんぱく質 84.5 g 脂質 48.8 g 食塩 6.7 g	13 (日)	米飯 豆腐バーグ おろしあんかけ みそ汁 (芋・ニ) 牛乳 	かさあげ天井 ササミサラダ 豚汁 	ソファール 元気 	もち麦ご飯 ほっけ塩焼き ぜんまいの煮物 シラス納豆 みそ汁 なまあげ 	エネルギー - 1973 kcal たんぱく質 82.3 g 脂質 52.7 g 食塩 7.4 g
7 (月)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	くりごはん 鶏かおり焼き ポテトビーンズ キャロットラペ みそ汁 なま 	ハウムクーヘン 	もち麦ご飯 さつま揚げの煮物 卵豆腐 みそ汁 キ 	エネルギー - 1897 kcal たんぱく質 83.3 g 脂質 41.5 g 食塩 10.5 g	14 (月)	米飯 かぼちゃシチュー バナナ 牛乳 	もち麦ご飯 ハンバーグ にんじんサ ジャ ほ 	ベクシーバイ 	もち麦ご飯 五目親子煮 長芋梅かつお和え みそ汁 	エネルギー - 1968 kcal たんぱく質 79.5 g 脂質 40.2 g 食塩 8.6 g