

予定献立表

2024年8月16日～8月31日

《ミニ栄養メモ》



日	朝 食	昼 食	夕 食	kcal
16日 (金)	ご飯・一口がんも含め煮 磯香和え・みそ汁・漬物	つけラーメン・くろ棒 フルーツ・牛乳	ご飯・太刀魚の塩焼・お浸し 酢の物・豚汁	1598
17日 (土)	パン・マーガリン・スクランブルエッグ ホットのポタージュ・フルーツ・牛乳	ご飯・からすがれい和風ムニエル ひじき煮・お浸し・みそ汁	ご飯・サーロインステーキ フレンチサラダ・みそ汁	1789
18日 (日)	ご飯・鯖塩麹漬焼・にら卵 みそ汁・塩もみ	そうめん・天ぷら 梨・牛乳	ご飯・鶏肉オレンジソース・つみれ汁 トマトとかいわれ和え物・佃煮	1650
19日 (月)	バターロール・マーガリン・ホットフ クリームチーズ・フルーツ・牛乳	ご飯・和風ポークソテー 卵の花炒り・煮昆布・みそ汁	ご飯・八宝菜 オクラおろし・華風スープ	1643
20日 (火)	ご飯・納豆・大根そぼろ煮 みそ汁・ゆかり和え	冷やしたぬきそば 乳菓まんじゅう・フルーツ・牛乳	ご飯・ピーマンの肉詰め ポテト煮付・ごま豆腐・清汁	1685
21日 (水)	パン・マーガリン・ハムエッグ コンソメスープ・フルーツ・牛乳	タコライス・わかめスープ ソーダゼリー	いわし蒲焼丼 もやし和え物・みそ汁	1685
22日 (木)	バターロール・レースンロール・ツナサラダ 人参ポタージュ・巨峰・牛乳	ご飯・豚ヒレ肉のピカタ・みそ汁 セロリのきんぴら・浅漬	ご飯・めばるの照煮・冷奴 くるみ和え・みそ汁	1600
23日 (金)	ご飯・さんま生姜煮・なめこ汁 野菜きんぴら風・ふりかけ	冷麦・長芋の和風ハンバーグ 和菓子・フルーツ・牛乳	ご飯・たらのホイル焼・みそ汁 そばつゆマリネ・もずく酢の物	1593
24日 (土)	パン・マーガリン・スクランブルエッグ 白菜のスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・鮭の塩焼・のた芋 お浸し・みそ汁	ご飯・茄子とつくね煮 塩昆布和え・みそ汁	1591
25日 (日)	ご飯・しらすねぎ炒り卵 切干大根煮付・みそ汁・漬物	冷し中華(ごまだれ)・桃まんじゅう フルーツ・牛乳	ご飯・コロッケ盛合せ レバー生姜煮・のっつい汁	1577
26日 (月)	クルクルブルーベリーパン・巣ごもり卵 キャベツのミルクスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・マーボー豆腐 きゅうりの華風和え・わかめスープ	ご飯・バーベキューチキン おろし和え・みそ汁・佃煮	1635
27日 (火)	ご飯・納豆・市松煮 みそ汁・梅干	お好み焼・豆腐のうすくずスープ ババロア・牛乳	ご飯・あじの塩焼orほっけの干物【選択食】 卵豆腐・お浸し・みそ汁	1506
28日 (水)	パン・マーガリン・ホットベーコン蒸焼 クラムチャウダー・フルーツ・牛乳	ご飯・豚肉の塩こうじ焼 えび大根・トマトサラダ・みそ汁	ご飯・鯖のみそ煮 土佐和え・酢の物・清汁	1628
29日 (木)	ミルクロール＆黒糖ロール・ベーコンエッグ 豆のスープ煮・フルーツ・牛乳	レタスとハムの炒飯・華風スープ 大根とくらげ和え物	ご飯・肉豆腐orゴーヤーチャンプルー【選択食】 もやしと竹輪和え物・みそ汁・漬物	1646
30日 (金)	ご飯・鮭缶玉葱のせ ほうれん草卵とじ・みそ汁・焼のり	スパゲティーナポリタン 海藻サラダ・フルーツ・牛乳	ご飯・めかじきのパン粉焼 南瓜煮付・お浸し・みそ汁	1617
31日 (土)	レーズン食パン・マーガリン・ハムサラダ コーンポタージュ・フルーツ・牛乳	ご飯・えびフライ 茄子の煮物・みそ汁	ご飯・鶏肉と里芋のうま煮 めかぶ・ごま和え・みそ汁	1720

～食品の期限表示 2～

★期限表示の決め方★

厚労省と農水省共同の「食品期限表示の設定のためのガイドライン」によって、基本的な考え方や、算出方法が示されています。公の専門機関が期限を決めていると思われるかもしれません、実は、製造業者、加工業者または販売業者によって設定されています。製造業者らが各種試験を行っています。

①微生物試験

一般生菌数、大腸菌群数、大腸菌数など細菌の数を調べ、食品の製造日から品質劣化を微生物学的に評価する試験。

②理化学試験

粘度、濁度、過酸化物価、比重、pHなどを測定し、食品の製造日から品質劣化を理化学的分析方法により評価する試験。

③官能試験

実際に食べる、臭いをかぐ、目で見るなどによって状態を調べ、食品の性質を人間の視覚・味覚・嗅覚などの感覚を通して、それぞれの手法にのっとった一定の条件下で評価する試験。

科学的に安全性を保証できる期限を算出した後、食品の特性に応じた「安全係数」を掛けるため、本来の期限の8割程度の期限が設定されています。

<お知らせ>

*27日夕と29日夕の選択食は21日頃までに希望集約します。（*一部の方対象外）

