

献立表(導入事例:M特養)

	朝			昼			夜		
一日目	パン	エネルギー	409 kcal	白粥	エネルギー	92 kcal	やわらかご飯	エネルギー	148 kcal
		タンパク質	10.1 g		タンパク質	1.6 g		タンパク質	2.5 g
		脂質	17 g		脂質	0.2 g		脂質	0.4 g
		炭水化物	53.3 g		炭水化物	20 g		炭水化物	32 g
		食塩相当量	0.7 g		食塩相当量	1.4 g		食塩相当量	0 g
		エネルギー	kcal	豚汁	エネルギー	105 kcal	ハンバーグ	エネルギー	300 kcal
		タンパク質	g		タンパク質	8.2 g		タンパク質	11.8 g
		脂質	g		脂質	5.6 g		脂質	19.8 g
		炭水化物	g		炭水化物	5.5 g		炭水化物	15.3 g
		食塩相当量	g		食塩相当量	1.1 g		食塩相当量	1.7 g

エネルギー	1054 kcal
タンパク質	34.2 g
脂質	43 g
炭水化物	126.1 g
食塩相当量	4.9 g

二日目	白粥	エネルギー	92 kcal	梅粥	エネルギー	98 kcal	やわらかご飯	エネルギー	148 kcal
		タンパク質	1.6 g		タンパク質	1.7 g		タンパク質	2.5 g
		脂質	0.2 g		脂質	0.2 g		脂質	0.4 g
		炭水化物	20 g		炭水化物	21.1 g		炭水化物	32 g
		食塩相当量	1.4 g		食塩相当量	1 g		食塩相当量	0 g
	豚汁	エネルギー	105 kcal	鯖味噌煮	エネルギー	163 kcal	野菜カレー	エネルギー	335 kcal
		タンパク質	8.2 g		タンパク質	12.3 g		タンパク質	3.7 g
		脂質	5.6 g		脂質	10.5 g		脂質	24.1 g
		炭水化物	5.5 g		炭水化物	5 g		炭水化物	24.9 g
		食塩相当量	1.1 g		食塩相当量	0.8 g		食塩相当量	2.5 g

エネルギー	941 kcal
タンパク質	30 g
脂質	41 g
炭水化物	108.5 g
食塩相当量	6.8 g

三日目	白粥	エネルギー	92 kcal	スパゲッティ	エネルギー	254 kcal	やわらかご飯	エネルギー	148 kcal
		タンパク質	1.6 g		タンパク質	8.3 g		タンパク質	2.5 g
		脂質	0.2 g		脂質	2.7 g		脂質	0.4 g
		炭水化物	20 g		炭水化物	47.7 g		炭水化物	32 g
		食塩相当量	1.4 g		食塩相当量	2.2 g		食塩相当量	0 g
	豚汁	エネルギー	105 kcal	ぜんざい	エネルギー	133 kcal	肉じゃが	エネルギー	199 kcal
		タンパク質	8.2 g		タンパク質	8.3 g		タンパク質	6 g
		脂質	5.6 g		脂質	0.6 g		脂質	10.1 g
		炭水化物	5.5 g		炭水化物	23 g		炭水化物	22 g
		食塩相当量	1.1 g		食塩相当量	0.4 g		食塩相当量	1.7 g

エネルギー	931 kcal
タンパク質	34.9 g
脂質	19.6 g
炭水化物	150.2 g
食塩相当量	6.8 g