1　日目　［ 11 月　8　日　木　　曜日］ ＜朝食＞

料理名	食品名	使用量	料理の食べた割合を記載		残食分割合	＊食事状況	＊調理番号	＊食品番号	＊摂取量	＊備考
			世帯員１	世帯員２						
ごはん	米	320ｇ	１杯	1杯						
みそ汁	豆腐	120ｇ	1/4	1/4	1/2					
	ねぎ	60ｇ								
	みそ	40ｇ								
おひたし	ほうれん草	100ｇ	1/2	1/2						
	かつおぶし	少々								
	しょうゆ	少々								
納豆	納豆（2パック	80ｇ	1/2	1/2						
	たれ									
お茶	2杯		1	1						

1　日目　［ 11 月　8　日　木　　曜日］ ＜昼食＞

料理名	食品名	使用量	料理の食べた割合を記載		残食分割合	＊食事状況	＊調理番号	＊食品番号	＊摂取量	＊備考
			世帯員1	世帯員2						
ざるそば	そば	250ｇ	1/2	1/2						乾めんで計量
	ねぎ	20ｇ								根深、生、廃棄ナシ
	ごま	小さじ2								いりごま
	めんつゆ	160ｇ								ストレート。つゆ1/2残った
	わさび	小さじ1								練りわさび
	のり	少々								全型1枚の半分を2人で分けた
トマト	トマト	150ｇ	2/3	1/3						ヘタとって計量。味付けなし
お茶	お茶	2杯	1	1						ほうじ茶湯飲み中くらいに1杯飲んだ

1　日目　［ 11 月　8　日　木　　曜日］ ＜夕食＞

料理名	食品名	使用量	料理の食べた割合を記載		残食分割合	＊食事状況	＊調理番号	＊食品番号	＊摂取量	＊備考
			世帯員１	世帯員２						
ごはん	米		1杯	1杯						
いためもの	もやし	200 g								
	玉ねぎ	80 g	1/3	1/3	1/3					
	ゴ-ヤ	50 g								
	ツナ	80 g								
	にんじん	50 g								
湯豆腐	豆腐	350 g	2/3	1/3						
	しょうゆ	18 g								
	かぼす	15 g								
	しょうが	17 g								
ビール		1缶	1							

1　日目　［ 11 月 8 日 木　曜日］ ＜間食＞										
料理名	食品名	使用量	料理の食べた割合を記載		残食分割合	＊食事状況	＊調理番号	＊食品番号	＊摂取量	＊備考
			世帯員１	世帯員２						
10:00										
果物	みかん	1コ	1							
15:00										
プリン	プリン	1コ	1							
コーヒー		1杯	1							
			1							