

日付	備考	体温	体重	食事				便			
				朝	昼	晩	間食/飲料	小	大	色	形
04月07日(水)	退院	36.9	-	病院食 (クロワッサンx2 炒り卵+フロッコリー パンブキンスープ)	うどん(ワカメ、鶏胸肉50g、卵) 温野菜(キャベツ60g 醤油 鰹節)	お茶漬け(玄米) 鍋(豚肉50g 白菜 豆腐)	レイボスティ (クレーミングパウダー +エリスリトール)	3	3	やや緑	下痢
04月08日(木)	乳酸菌サプリA イヌリン2g (飲料に入れて摂取)	36.4	63.5	8枚切トーストx1 (マーガリン) 目玉焼き コンソメスープ 温野菜(キャベツ60g 醤油 鰹節)	お茶漬け(玄米) 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ60g 醤油 鰹節)	うどん(白菜 豆腐 卵)	レイボスティ コーヒー (カフェインレス) レモネード	4	1	緑	軟便
04月09日(金)	乳酸菌サプリA イヌリン2g	36.3	64.6	8枚切トーストx1 スクランブルエッグ コンソメスープ 温野菜(キャベツ60g 胡麻ドレ)	お茶漬け(玄米) 鮭大根煮付け ごぼうとニンジンサラダ(胡麻ドレ)	うどん(ワカメ 卵) きんぴら(ごぼう30g 人参30g めんつゆ)	レイボスティ レモネード	5	1	緑	少量
04月10日(土)	乳酸菌サプリA イヌリン2g	36.2	64.8	8枚切トーストx1 ポーチドエッグ コンソメスープ(キャベツ80g)	コンソメしょうゆパスタ ポーチドエッグ 温野菜(キャベツ60g 醤油 鰹節)	お茶漬け(玄米) 湯豆腐 温野菜(キャベツ 大根 胡麻ドレ)	レイボスティ レモネード	4	2	緑	普通x1 軟便x1
04月11日(日)	乳酸菌サプリA イヌリン2g	36.2	64.3	8枚切トーストx1 目玉焼き コンソメスープ(キャベツ)	お茶漬け(玄米) 筑前煮(鳥胸肉 ごぼう 人参 蓮根 里芋 筍) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	蕎麦(葱 卵) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	4	2	緑	普通x1 下痢x1
04月12日(月)	乳酸菌サプリA イヌリン2g	35.9	64.6	8枚切トーストx1 ポーチドエッグ コンソメスープ(キャベツ)	お茶漬け(玄米) 筑前煮(鳥胸肉 ごぼう 人参 蓮根 里芋 筍) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	うどん(白菜 葱 卵) 温野菜	レイボスティ	6	1	緑	軟便
04月13日(火)	乳酸菌サプリA イヌリン2g	36.4	64.6	8枚切トーストx1 ポーチドエッグ コンソメスープ 温野菜(キャベツ 大根 もやし 醤油 鰹節)	お茶漬け(白米) 筑前煮(鳥胸肉 ごぼう 人参 蓮根 里芋 筍) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	けんちんうどん (豚肉 ごぼう 人参 大根 蒟蒻) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	5	1	緑	普通
04月14日(水)	乳酸菌サプリB イヌリン4g	36.0	64.4	お茶漬け(白米) 目玉焼き 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	お茶漬け(白米) 筑前煮(鳥胸肉 ごぼう 人参 蓮根 里芋 筍) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	けんちんうどん (豚肉 ごぼう 人参 大根 蒟蒻) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	4	1	緑	軟便
04月15日(木)	乳酸菌サプリB イヌリン4g	36.0	64.3	お茶漬け(白米) 目玉焼き 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	明太子パスタ、ポーチドエッグ載せ コンソメスープ 温野菜(キャベツ 大根 胡麻ドレ)	けんちんうどん (豚肉 ごぼう 人参 大根 蒟蒻) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	4	1	焦げ茶	普通
04月16日(金)	乳酸菌サプリB イヌリン4g	36.2	64.3	お茶漬け(白米) 目玉焼き 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	お茶漬け(白米) 豚汁(豚 白菜 大根 人参 蒟蒻 ごぼう 筍) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	うどん(卵 葱 ワカメ) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	6	0	-	-
04月17日(土)	乳酸菌サプリB イヌリン4g	36.2	64.3	お茶漬け(白米) 目玉焼き きんぴら(ごぼう30g 人参30g)	お茶漬け(白米) 豚汁(豚 白菜 大根 人参 蒟蒻 ごぼう 筍) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	白米140g 水餃子9個 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	5	2	焦げ茶 緑	普通x2 軟便x1
04月18日(日)	乳酸菌サプリB イヌリン4g	35.9	64.1	お茶漬け(白米) 目玉焼き きんぴら(ごぼう30g 人参30g)	明太子パスタ、目玉焼き載せ コンソメスープ 温野菜(キャベツ 胡麻ドレ)	白米140g、海苔 豚汁(豚 白菜 大根 人参 蒟蒻 ごぼう 筍) 温野菜(キャベツ 胡麻ドレ)	レイボスティ レモネード	5	3	茶色	普通x1 軟便x1 下痢x1
04月19日(月)	乳酸菌サプリB イヌリン4g	36.2	64.6	お茶漬け(白米) 目玉焼き 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	豚汁うどん (豚 豆腐 白菜 大根 人参 蒟蒻 ごぼう 筍) きんぴら(ごぼう30g 人参30g)	白米140g、なめ茸 つくねx3 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	5	0	-	-
04月20日(火)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.3	64.0	お茶漬け(白米) 目玉焼き 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	明太子パスタ、ポーチドエッグ載せ コンソメスープ 温野菜(キャベツ 胡麻ドレ)	白米140g、なめ茸 タラの煮付け 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	6	3	やや緑	普通x2 軟便x1
04月21日(水)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	63.9	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 砂糖 マヨ) きんぴら(ごぼう30g 人参30g)	明太子パスタ、ポーチドエッグ載せ コンソメスープ 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	白米140g、なめ茸 肉野菜炒め(豚肉 キャベツ ごぼう 人参) 味噌汁(ワカメ)	レイボスティ レモネード	7	0	-	-
04月22日(木)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.4	63.5	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 エリスリトール マヨ) きんぴら(ごぼう30g 人参30g)	白米140g、なめ茸 ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	白米140g、海苔 タラの煮付け 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	6	1	緑	普通
04月23日(金)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.0	63.4	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ きんぴら(ごぼう30g 人参30g)	お茶漬け(白米) ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	うどん(つくねx3 葱 ワカメ 天かす) 温野菜(キャベツ 大根 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	5	1	緑	少量
04月24日(土)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.0	63.4	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 エリスリトール マヨ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	牛丼(牛60g 白米150g 豆腐) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	牛丼(牛60g 白米150g 豆腐) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	6	4	緑x2 茶x2	普通x2 軟便x2
04月25日(日)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	63.5	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 砂糖 マヨ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	巻き寿司(スーパーの惣菜) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	うどん(鶏胸肉70g 豆腐 葱 海苔) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	レイボスティ レモネード	6	1	やや緑	軟便x1
04月26日(月)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.2	63.4	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	白米130g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	白米130g 鍋(豚肉50g 白菜 豆腐 もやし)	レイボスティ	7	1	やや緑	普通
04月27日(火)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.0	63.1	お茶漬け(白米) 肉じゃが(缶詰) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	白米130g 鍋(豚肉50g 白菜 豆腐 もやし)	白米130g、海苔 タラの煮付け 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	レイボスティ	6	0	-	-
04月28日(水)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	63.0	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	助六(スーパーの惣菜) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	白米130g 筑前煮(つくね ごぼう 人参 蓮根 里芋 筍) 浅漬け(白菜 唐辛子)	レイボスティ 蜂蜜入り白湯	7	0	-	-
04月29日(木)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.0	63.3	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ(はちみつ)) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 筑前煮(つくね ごぼう 人参 蓮根 里芋 筍) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	うどん(豚肉100g 葱 海苔) 浅漬け(白菜 唐辛子)	レイボスティ 蜂蜜入り白湯 ポップコーン50g	5	1	やや緑	普通
04月30日(金)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.4	63.2	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ(はちみつ)) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 筑前煮(つくね ごぼう 人参 蓮根 里芋 筍) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	うどん(鶏胸肉60g 卵 葱 海苔) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	レイボスティ 蜂蜜入り白湯	5	2	やや緑	普通x1 軟便x1

※乳酸菌サプリA … Now Foods 8 Billion Acidophilus & Bifidus Veg Capsules (La-14, Bl-04, Bl-05)

※乳酸菌サプリB … Now Foods Probiotic-10, 25 Billion (La-14, Bl-04, Lp-115, Lc-11, Lr 32, Lpc-37, Bb-03, St-21, Ls-33, Bl-05)

※マルチビタミン … Nature's Way, Alive!

日付	備考	体温	体重	食事				便			
				朝	昼	晩	間食/飲料	小	大	色	形
05月01日(土)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	63.1	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ(卵 マヨ ケチャップ) 漬漬(キャベツ 唐辛子)	ハンバーグカレー 漬漬(キャベツ 唐辛子)	うどん(卵 葱 海苔) 漬漬(白菜 人参 唐辛子)	レイボスティ コーヒー ショウトケーキ はちみつレモン	5	2	やや緑 茶色	軟便x1
05月02日(日)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	63.1	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ はちみつ) 漬漬(白菜 人参 唐辛子)	白米130g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 人参 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔) 漬漬(白菜 人参 唐辛子)	レイボスティ コーヒー ショウトケーキ はちみつレモン	6	0	-	-
05月03日(月)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.3	63.1	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ はちみつ) 漬漬(白菜 人参 唐辛子)	白米130g 焼き餃子6個 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ 醤油 鰹節)	うどん(鶏胸肉 葱 海苔) 漬漬(キャベツ 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 はちみつレモン ポップコーン	6	0	-	-
05月04日(火)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.0	63.2	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ エリスリトール) 漬漬(キャベツ 唐辛子)	助六(スーパーの惣菜) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(キャベツ 唐辛子)	白米130g 肉野菜炒め(豚肉 キャベツ) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(キャベツ 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おから蒸しパン	5	0	-	-
05月05日(水)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	63.1	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ 甜菜糖) 漬漬(キャベツ 唐辛子)	白米130g 肉野菜炒め(鶏胸肉 キャベツ もやし) 味噌汁(ワカメ)	うどん(つくねx3 葱 海苔) 漬漬(キャベツ 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おから蒸しパン	5	2	茶色	普通x1 軟便x1
05月06日(木)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.0	63.1	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 温野菜(白菜 鰹節 めんつゆ)	白米130g、ふりかけ ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 温野菜(白菜 鰹節 めんつゆ)	うどん(つくねx3 葱 海苔) 温野菜(白菜 鰹節 めんつゆ)	レイボスティ はちみつ水 おから蒸しパン	6	2	茶色	軟便x2
05月07日(金)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン6g	36.2	63.1	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 温野菜(白菜 鰹節 めんつゆ)	白米130g、ふりかけ 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 温野菜(白菜 鰹節 めんつゆ)	卵かけご飯、ふりかけ 味噌汁(ワカメ) きんぴらごぼう	レイボスティ はちみつ水 おから蒸しパン	5	3	茶色	軟便x1 下痢x2
05月08日(土)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン2g	36.4	62.5	-	巻き寿司(スーパーの惣菜) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(白菜 鰹節 めんつゆ)	うどん(豚肉 葱 海苔) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	5	1	茶色	下痢x1
05月09日(日)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.3	62.9	-	白米130g、ふりかけ タラの煮付け 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	6	0	-	-
05月10日(月)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	62.4	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ パルスリート) 漬漬(白菜 唐辛子)	巻き寿司(スーパーの惣菜) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	5	1	茶色	普通
05月11日(火)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.2	62.3	-	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 筑前煮 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	5	1	茶色	普通
05月12日(水)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン6g	36.4	61.9	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 漬漬(白菜 唐辛子)	助六(スーパーの惣菜) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 筑前煮 味噌汁(ワカメ)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	5	0	-	-
05月13日(木)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.0	62.4	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ パルスリート) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g 鍋(豚肉 白菜 豆腐 ポン酢) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 筑前煮 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	5	2	茶色	普通x2
05月14日(金)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン6g	36.1	61.7	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 漬漬(白菜 唐辛子)	寿司(スーパーの惣菜) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 玉葱 海苔) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ ポップコーン	5	0	-	-
05月15日(土)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.2	62.4	-	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ パルスリート) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(つくねx3 葱 ワカメ 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ コーヒー・1口チョコx3	5	1	茶色	普通
05月16日(日)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン2g	36.3	62.1	-	お茶漬け(白米) タラの煮付け 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ コーヒー・1口チョコx6	6	2	茶色	普通x1 軟便x1
05月17日(月)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン6g	36.0	61.9	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ パルスリート) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	カレーライス コンソープ 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ 1口チョコx3	5	2	茶色	普通x2
05月18日(火)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.1	62.3	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ パルスリート) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 卵焼き(卵 マヨ パルスリート) 漬漬(白菜 唐辛子)	鯖味噌(缶詰) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ 1口チョコx3	6	2	茶色	普通x1 軟便x1
05月19日(水)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン6g	36.1	61.8	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ パルスリート) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(鶏胸肉 海苔 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	ちらし寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ 1口チョコx3	6	2	茶色	普通x1 軟便x1
05月20日(木)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.2	62.2	卵かけご飯、ふりかけ、海苔 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ 1口チョコx3	6	0	-	-
05月21日(金)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン6g	36.0	62.1	卵かけご飯、ふりかけ、海苔 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(鶏胸肉 海苔 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ おからヨーグルトケーキ 1口チョコx3	5	3	茶色	普通x2 軟便x1
05月22日(土)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン2g	36.2	61.5	-	うどん(鶏胸肉 葱 海苔 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 焼き鮭 味噌汁(ワカメ)	はちみつ水 おからヨーグルトケーキ 1口チョコx3	6	0	-	-
05月23日(日)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン2g	36.4	61.4	-	卵かけご飯、ふりかけ、海苔 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 筑前煮 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ ポップコーン 1口チョコx6	6	1	茶色	普通
05月24日(月)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン6g	36.1	61.3	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 筑前煮 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ 1口チョコx3	5	1	茶色	普通
05月25日(火)	乳酸菌サプリB マルチビタミン イヌリン4g	36.5	62.0	-	お茶漬け(白米) 卵焼き(卵 マヨ エリスリトール) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 筑前煮 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	はちみつ水 おからヨーグルトケーキ 1口チョコx5	5	1	茶色	普通
05月26日(水)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イヌリン4g	36.3	61.3	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	-	レイボスティ はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	4	0	-	-
05月27日(木)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イヌリン4g	36.1	61.2	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豆腐 ワカメ 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水	5	1	茶色	普通
05月28日(金)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イヌリン4g	36.5	61.1	-	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	レイボスティ はちみつ水 1口チョコx6	5	2	茶色	軟便x1 下痢x1
05月29日(土)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イヌリン2g	36.6	61.0	-	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔 天かす) 漬漬(白菜 唐辛子)	はちみつ水 1口チョコx6	6	1	茶色	普通
05月30日(日)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イヌリン4g	36.5	60.8	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	袋ラーメン、卵、海苔	はちみつ水 1口チョコx6	5	0	-	-
05月31日(月)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イヌリン4g	36.0	61.5	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	白米130g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 漬漬(白菜 唐辛子)	はちみつ水 1口チョコx6	5	1	茶色	普通

※乳酸菌サプリA … Now Foods 8 Billion Acidophilus & Bifidus Veg Capsules (La-14, Bl-04, Bl-05)
 ※乳酸菌サプリB … Now Foods Probiotic-10, 25 Billion (La-14, Bl-04, Lp-115, Lc-11, Lr-32, Lpc-37, Bb-03, St-21, Ls-33, Bl-05)
 ※マルチビタミン … Nature's Way, Alive! ※マルチビタミンB … Life Extension, Two Per Day 1/2

日付	備考	体温	体重	食事				便			
				朝	昼	晩	間食/飲料	小	大	色	形
06月01日(火)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イソリン6g	36.1	61.2	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 浅漬け(白菜 唐辛子)	巻き寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	はちみつ水 ルイボステイ 一口チョコx6	5	2	茶色	軟便x1 下痢x1
06月02日(水)	乳酸菌サプリB マルチビタミンB イソリン6g	36.3	61.3	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔 天かす) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	はちみつ水 ルイボステイ 一口チョコx6	6	0	-	-
06月03日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.4	61.0	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 浅漬け(白菜 唐辛子)	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔 天かす) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	はちみつ水 ルイボステイ 一口チョコx6	6	0	-	-
06月04日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.2	61.6	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 温野菜(キャベツ めんつゆ 鰹節)	白米130g 豚しゃぶ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 海苔 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	はちみつ水 ルイボステイ 一口チョコx6	5	1	茶色	少量
06月05日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.2	61.3	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	蕎麦(つくねx3 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	白米130g 鮭の塩焼き 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	はちみつ水 ルイボステイ パウンドケーキ	5	2	茶色	少量x1 軟便x1
06月06日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.2	61.6	-	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	白米130g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	はちみつ水 パウンドケーキ 一口チョコx3	5	1	茶色	軟便
06月07日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.5	62.0	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) レタス、胡麻ダレ	はちみつ水 パウンドケーキ ルイボステイ 一口チョコx6	5	2	茶色	普通x2
06月08日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン2g	36.5	62.1	-	うどん(鶏肉 葱 ワカメ 天かす) レタス、胡麻ダレ	白米130g 鮭の塩焼き 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	6	0	-	-
06月09日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.6	61.0	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(鶏肉 葱 ワカメ 天かす) レタス、胡麻ダレ	白米130g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) レタス、胡麻ダレ	はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	5	3	茶色	普通x2 軟便x1
06月10日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン6g	36.5	61.3	お茶漬け(白米) 目玉焼き 浅漬け(白菜 唐辛子)	蕎麦(鶏肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g 鮭の塩焼き 味噌汁(ワカメ) レタス、胡麻ダレ	はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	6	0	-	-
06月11日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.2	61.5	-	うどん(鶏肉 葱 ワカメ 天かす) レタス、胡麻ダレ	寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) レタス、胡麻ダレ	はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	6	1	茶色	普通
06月12日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン2g	36.4	60.9	-	牛丼、卵 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす 卵) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	はちみつ水 おからヨーグルトケーキ	6	0	-	-
06月13日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン6g	36.7	61.3	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	白米130g 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	はちみつ水 ルイボステイ おからヨーグルトケーキ 一口チョコx3	5	2	茶色	普通x1 軟便x1
06月14日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン6g	36.5	61.2	お茶漬け(白米) スクランブルエッグ 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	巻き寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 温野菜(キャベツ ボン酢 鰹節)	はちみつ水 ルイボステイ おからヨーグルトケーキ 一口チョコx6	6	0	-	-
06月15日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.5	61.5	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	牛丼 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	一口チョコx6	5	1	茶色	下痢
06月16日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン6g	36.5	61.4	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	野菜炒め(豚肉 もやし) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	白米130g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	はちみつ水 コーヒー パウンドケーキ	6	2	茶色	下痢x2
06月17日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.6	61.2	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	-	白米130g、海苔 タラの煮付け 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	はちみつ水 パウンドケーキ	6	0	-	-
06月18日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.5	61.0	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	ルイボステイ パウンドケーキ 一口チョコx7	6	1	茶色	軟便
06月19日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン4g	36.5	61.3	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	ラーメン(卵 海苔) 浅漬け(白菜 唐辛子)	ルイボステイ ココア 一口チョコx6	1	2	茶色	下痢x1 普通x1
06月20日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン6g	36.5	61.6	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 白菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	ルイボステイ 一口チョコx6	6	2	茶色	下痢x1 軟便x1
06月21日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン6g	36.7	61.2	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 白菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	チョコビスケットx6	6	0	-	-
06月22日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB イソリン6g	36.7	61.6	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 白菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	チョコビスケットx6	5	0	-	-
06月23日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.6	61.3	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	チョコビスケットx4 一口チョコx6	5	0	-	-
06月24日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.5	61.5	卵かけご飯、海苔 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 白菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	カレーライス、卵 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9	6	3	茶色	軟便x1 下痢x1 普通x1
06月25日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	61.0	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 白菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、ふりかけ 水餃子x6 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9	6	1	茶色	普通
06月26日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.4	61.3	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g まぐろフレーク 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) レタス(ゴマダレ)	一口チョコx9	5	0	-	-
06月27日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.6	61.1	お茶漬け(白米) まぐろフレーク レタス(ゴマダレ)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g 水餃子x9 味噌汁(ワカメ) レタス(ゴマダレ)	一口チョコx5 クッキーx3	4	3	茶色	普通x1 下痢x1
06月28日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.5	61.4	お茶漬け(白米) まぐろフレーク 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 玉葱 ワカメ 天かす) レタス(ゴマダレ)	巻き寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	クッキーx6	6	2	茶色	普通x1 下痢x1
06月29日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.5	61.2	お茶漬け(白米) ブレンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	牛丼(牛肉、玉葱、白米140g) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	クッキーx6 コーヒー	4	1	茶色	普通
06月30日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.4	61.7	お茶漬け(白米) まぐろフレーク 浅漬け(白菜 唐辛子)	牛丼(牛肉、玉葱、白米140g) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	クッキーx2 チョコビスケットx5 コーヒー	6	1	茶色	普通

*乳酸菌サプリA ... Now Foods 8 Billion Acidophilus & Bifidus Veg Capsules (La-14, Bl-04, Bl-05)

*乳酸菌サプリB ... Now Foods Probiotic-10, 25 Billion (La-14, Bl-04, Lp-115, Lc-11, Lr 32, Lpc-37, Bb-03, St-21, Ls-33, Bl-05)

*マルチビタミン ... Nature's Way, Alive!

*マルチビタミンB ... Life Extension, Two Per Day 1/2

日付	備考	体温	休重	食事				便			
				朝	昼	晩	間食/飲料	小	大	色	形
07月01日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.3	61.4	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 玉葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	チョコビスケットx6 コーヒー ルイボスティ	7	2	茶色	普通x2
07月02日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.3	61.1	白米130g、海苔 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	巻き寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	チョコビスケットx6 コーヒー ルイボスティ	7	1	茶色	普通
07月03日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.2	61.0	お茶漬け(白米) 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 玉葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g 餃子x9 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	チョコビスケットx2 一口チョコx6 コーヒー ルイボスティ	6	1	茶色	下痢
07月04日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.2	61.4	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 玉葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx6 コーヒー ルイボスティ	6	1	茶色	普通
07月05日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.2	61.3	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 カレーの煮つけ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー ルイボスティ	6	2	茶色	少量x1 軟便x1
07月06日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.6	60.6	-	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー ルイボスティ	6	2	茶色	軟便x1 下痢x1
07月07日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.5	60.5	-	お茶漬け(白米) 焼き鮭 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 カレーの塩焼き 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	6	1	茶色	普通
07月08日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.6	60.4	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 まくるフレーク 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー ルイボスティ	5	1	茶色	普通
07月09日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.5	60.5	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	巻き寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー ルイボスティ	5	1	茶色	普通
07月10日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.6	60.7	お茶漬け(白米) まくるフレーク 浅漬け(白菜 唐辛子)	ざるうどん 温泉卵 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 鯖の塩焼き 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	1	茶色	普通
07月11日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.6	60.3	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 カレーの塩焼き 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	1	茶色	普通
07月12日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	60.7	うどん(豚肉 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	巻き寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	2	茶色	普通
07月13日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.8	60.8	-	牛丼(牛肉、玉葱、白米130g) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー ルイボスティ	5	2	茶色	普通x1 下痢x1
07月14日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.5	60.5	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー ルイボスティ	5	1	茶色	普通
07月15日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.5	61.0	-	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	豚丼(豚肉、玉葱、白米130g) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx8 コーヒー	5	2	茶色	普通
07月16日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.8	60.6	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx6 コーヒー	5	1	茶色	軟便
07月17日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.4	61.0	-	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米200g、海苔 ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 ポットコロン コーヒー	5	1	茶色	普通
07月18日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	61.1	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	6	1	茶色	普通
07月19日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	60.7	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米200g ハンバーグ 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	うどん(豚肉 玉葱 ワカメ 天かす) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	6	1	茶色	軟便
07月20日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	60.9	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ キャベツのおひたし	助六(惣菜) 味噌汁(ワカメ) キャベツのおひたし	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) キャベツのおひたし	一口チョコx9 コーヒー	6	0	-	-
07月21日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	60.6	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ キャベツのおひたし	豚丼(豚肉、玉葱、白米130g) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	味噌ラーメン(卵、ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	一口チョコx12 コーヒー	6	1	茶色	普通
07月22日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.6	60.9	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	ざるうどん 温泉卵 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	2	茶色	普通 下痢x1
07月23日(金)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.9	60.9	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	冷やし中華(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	豚丼(豚肉、玉葱、白米130g) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	1	茶色	下痢x1
07月24日(土)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.9	60.5	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	白米130g、海苔 焼き鮭 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	ざるうどん 温泉卵 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	6	0	-	-
07月25日(日)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	60.5	-	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	豚丼(豚肉、玉葱、白米130g) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	1	茶色	普通
07月26日(月)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	37.0	60.5	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	ざるうどん 温泉卵 浅漬け(白菜 唐辛子)	白米130g、海苔 鯖の塩焼き 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	3	茶色	下痢x3
07月27日(火)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.7	60.4	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	いなり寿司、巻き寿司(惣菜) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(白菜 唐辛子)	ざるうどん 温泉卵 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	一口チョコx9 コーヒー	5	0	-	-
07月28日(水)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.9	60.9	-	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	一口チョコx6 コーヒー	5	1	茶色	普通
07月29日(木)	乳酸菌サプリA マルチビタミンB	36.8	60.3	お茶漬け(白米) プレーンオムレツ 浅漬け(白菜 唐辛子)	やきそば(豚肉 玉葱) 味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	味噌汁(ワカメ) 浅漬け(キャベツ 唐辛子)	コーヒー	1	2	茶色	普通
07月30日(金)											
07月31日(土)											

※乳酸菌サプリA … Now Foods 8 Billion Acidophilus & Bifidus Veg Capsules (La-14, Bl-04, Bl-05)
 ※乳酸菌サプリB … Now Foods Probiotic-10, 25 Billion (La-14, Bl-04, Lp-115, Lc-11, Lr 32, Lpc-37, Bb-03, St-21, Ls-33, Bl-05)
 ※マルチビタミン … Nature's Way, Alive! ※マルチビタミンB … Life Extension, Two Per Day 1/2