

献立表(1/14~1/18)

現場：老人保健施設ゆめが丘
 献立種類：常食1600(個別献立)
 期間：2018/1/14~2018/1/20

	日	月	火	水	木	金	土
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 もやしの和え物 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 オムレツ インゲンサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 鮭の塩焼き(朝) オクラの昆布和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ(おかか) 牛乳	御飯 味噌汁 リヨネーズポテト ブロッコリーのサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 白菜の磯和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 もやしのカレーソテー 漬物 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 小松菜の白和え フルーツ	ハヤシライス コンソメスープ かぼちゃサラダ フルーツ 	御飯 味噌汁 鶏肉のクリーム煮 大根サラダ(カニカマ) フルーツ	御飯 豚肉の中華炒め かき玉汁 チンゲン菜の中華風和え フルーツ	五目ごはん  清まし汁  赤魚の西京漬け 竹輪ときゅうりの酢の物 フルーツ	御飯 コンソメスープ 鶏肉のパン粉焼き コールスローサラダ フルーツ	御飯 清まし汁 鱈のごま煮 青菜の和え物 フルーツ
夕食	御飯 清まし汁 鱈のバターおろしポン酢 里芋の味噌煮 春雨サラダ	御飯 赤だし 鶏肉の治部煮 焼きビーフン 煮豆	御飯 中華スープ 麻婆豆腐 シュウマイ ナムル	御飯 清まし汁 鯖の煮つけ かぼちゃミルク煮 なすの浅漬け	御飯 味噌汁 親子煮 いんげんとジャコの炒め物 キャベツの梅和え	御飯 もずくスープ 鮭のみりん漬け 肉じゃが ほうれん草のクルミ和え	御飯 清まし汁 豚肉の生姜焼き れんこんの金平 白菜の甘酢和え
10時	オレンジジュース	ミルクティー(1000ml)	りんごジュース	アップルティー(温)	いちごオレ	レモンティー(温)	オレンジジュース
3時	コーヒー(喫茶の日) 	黒糖まんじゅう 緑茶	ココアゼリー ほうじ茶	ドーナツ ほうじ茶	もみじ饅頭(あんこ) 緑茶	抹茶のパウンドケーキ ほうじ茶	いちごプチシュー ほうじ茶
	エネルギー 1530kcal 蛋白質 61.4g 脂質 35g 炭水化物 234.8g 食塩 7.7g	エネルギー 1697kcal 蛋白質 62.7g 脂質 41.2g 炭水化物 265.1g 食塩 7.7g	エネルギー 1576kcal 蛋白質 68.5g 脂質 38.4g 炭水化物 234.1g 食塩 6.9g	エネルギー 1724kcal 蛋白質 62.6g 脂質 51.7g 炭水化物 243.3g 食塩 7.3g	エネルギー 1581kcal 蛋白質 67.6g 脂質 31.5g 炭水化物 250.3g 食塩 7.9g	エネルギー 1655kcal 蛋白質 65.4g 脂質 42.3g 炭水化物 246.3g 食塩 7.4g	エネルギー 1522kcal 蛋白質 56.4g 脂質 34.4g 炭水化物 238.8g 食塩 7.5g

献立の内容は都合により変更になる場合がございます。予め、ご了承ください。