




入所献立表 (3/11~3/17)

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：2018/3/11~2018/3/17

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|---|--|---|---|---|---|--|
| | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 朝食 | 御飯 味噌汁 厚焼き玉子 白菜の磯和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 ハムソテー アスパラサラダ ふりかけ(おかか) 牛乳 | 御飯 味噌汁 つくね煮 大根のたらこ和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 ポパイエッグ もやしサラダ 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 かぶのマヨネーズ和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 厚揚げの煮物 白菜梅和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 ホッケ塩焼き(朝) 菜種和え 漬物 牛乳 |
| 昼食 | 御飯 味噌汁 鯖のみりん漬け焼き 菜の花のお浸し フルーツ | かき揚げ丼 清まし汁 きゅうりと鶏肉の胡麻酢和え フルーツ  | 御飯 コンソメスープ 白身魚のホワイトソースがけ にんじんサラダ フルーツ | 御飯 清まし汁 豚肉の生姜焼き いんげんの昆布和え フルーツ | 御飯 味噌汁 鮭のきのこソース スパゲティサラダ フルーツ | きつねうどん かにかまとわかめのぬた りんごゼリー  | 御飯 味噌汁 鶏肉のおろし煮 オクラとツナのピリ辛和え フルーツ |
| 夕食 | 御飯 もずくスープ 豚肉の葱味噌炒め キャベツの煮浸し 煮豆 | 御飯 味噌汁 赤魚の煮付け なすのピリ辛炒め 白菜のゆかり和え | 御飯 中華スープ 家常豆腐 さつまいもレモン煮 中華和え | 御飯 赤だし ほきの南部焼き きんぴらごぼう オクラのお浸し | 御飯 清まし汁 松風焼き かぼちゃのいところ煮 菜の花の和え物 | 御飯 コンソメスープ チキンピカタ じゃが芋煮物 コールスローサラダ | 御飯 コンソメスープ たらのバター醤油焼き チリコンカン カリフラワーのマリネ |
| 10時 | レモンティー(1000ml) | ココア | りんごジュース | オレンジジュース | ミルクティー | いちごオレ | アップルティー(温) |
| 3時 | カステラ ほうじ茶 | まんじゅう 緑茶 | メープルプチケーキ ほうじ茶 | ホワイトチョコババロア ほうじ茶  | 酒まんじゅう 緑茶 | バナナクレープ ほうじ茶 | 水ようかん(手作り) ほうじ茶 |
| | エネルギー 1635kcal 蛋白質 62.8g 脂質 40.7g 炭水化物 246.1g 食塩 7.6g | エネルギー 1630kcal 蛋白質 59.5g 脂質 42.3g 炭水化物 227.3g 食塩 7.2g | エネルギー 1657kcal 蛋白質 55.8g 脂質 38.6g 炭水化物 267.6g 食塩 7.9g | エネルギー 1837kcal 蛋白質 67.3g 脂質 60.5g 炭水化物 249.2g 食塩 7.6g | エネルギー 1712kcal 蛋白質 68.4g 脂質 37.6g 炭水化物 249.3g 食塩 7.7g | エネルギー 1582kcal 蛋白質 60.1g 脂質 38.7g 炭水化物 240.7g 食塩 8.1g | エネルギー 1652kcal 蛋白質 108.4g 脂質 33.8g 炭水化物 219.7g 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。