



入所献立表 (9/16~9/22)



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：2018/9/16~2018/9/22

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|---|---|---|--|---|---|---|
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 朝食 | 御飯 味噌汁 野菜炒め(朝) 小松菜のおひたし 梅びしお 牛乳 | 御飯 味噌汁 魚肉ソーセージのソテー チンゲン菜の生姜和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 炒り豆腐 オクラのなめ茸和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 玉子とじ 白菜の青のり和え 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 つくね煮 ほうれん草のマヨ和え ふりかけ(たまご) 牛乳 | 御飯 味噌汁 ハムエッグ カリフラワーのサラダ 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 厚揚げの煮物 白菜のしらすあえ 漬物 牛乳 |
| 昼食 | 御飯 赤だし ほっけの塩焼き オクラと長芋のわさび和え物 フルーツ | 栗ご飯 清まし汁 てんつゆ てんぷら 玉子焼き 春菊の白和え フルーツ | 御飯 清まし汁 鱈の利休焼き もずく三杯酢 フルーツ | 秋野菜カレー コンソメスープ キャベツサラダ カルピスゼリー  | ロールパン・レズンパン ポトフ ポークチャップ れんこんサラダ フルーツ  | 御飯 味噌汁 鯖の梅煮 いんげんのたらこマヨ和え フルーツ | 御飯 コンソメスープ 鶏肉のバジル焼き 大根サラダ フルーツ |
| 夕食 | 御飯 コンソメスープ 鶏肉のチーズ焼き ラタトゥイユ ブロッコリーのカレマヨ和え | 御飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 切干大根とベーコンの煮物 れんこんサラダ | 御飯 中華スープ 回鍋肉 さつまいもレモン煮 チョレギサラダ | 御飯 味噌汁 白身魚のムニエル ブロッコリーのそぼろあんかけ 人参と大根の甘酢漬け | 御飯 清まし汁 赤魚の柚庵焼き 揚げナスのおろし煮 冷奴 | 御飯 清まし汁 冷しゃぶ(豚) ひじき煮 煮豆 | 御飯 味噌汁 たらの磯部揚げ もやし炒め ほうれん草のくるみ和え |
| 10時 | りんごジュース | ミルクティー(1000ml) | カフェオレ1000ml | いちごオレ | オレンジジュース | カルピス | レモンティー(1000ml) |
| 3時 | ドームケーキ(チョコ) ほうじ茶 | 紅白まんじゅう 緑茶 | バナナパウンドケーキ ほうじ茶 | 乳菓饅頭 玄米茶 | おかき(きな粉) 緑茶 | 抹茶ソフクレープ ほうじ茶 | 抹茶みるくゼリー ほうじ茶 |
| | エネルギー 1609kcal 蛋白質 61.5g 脂質 43.1g 炭水化物 237.9g 食塩 6.1g | エネルギー 1779kcal 蛋白質 65.1g 脂質 44.1g 炭水化物 252g 食塩 9.8g | エネルギー 1664kcal 蛋白質 59.6g 脂質 44.2g 炭水化物 250g 食塩 7.3g | エネルギー 1679kcal 蛋白質 60.8g 脂質 42.4g 炭水化物 256.6g 食塩 7.7g | エネルギー 1683kcal 蛋白質 64.7g 脂質 55.9g 炭水化物 228.3g 食塩 8.1g | エネルギー 1685kcal 蛋白質 64.3g 脂質 49.9g 炭水化物 239.4g 食塩 7.3g | エネルギー 1617kcal 蛋白質 64g 脂質 47.7g 炭水化物 226.9g 食塩 6.1g |

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。