



## 献立表(11/11~11/17)



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：2018/11/11~2018/11/17

	日	月	火	水	木	金	土
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	御飯 味噌汁 目玉焼き いんげんごま和え 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(たまご) 牛乳	御飯 味噌汁 スクランブルエッグ ひじきサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 オクラのごまマヨ和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 キャベツのツナ和え 梅びしお 牛乳	御飯 味噌汁 ウィンナーソテー カリフラワードレッシング和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 野菜炒め(朝) オクラと長芋の和え物 漬物 牛乳
昼食	御飯 清まし汁 サバの味噌煮 オクラのおろし和え フルーツ	御飯 鶏肉のクリーム煮 コンソメスープ れんこんサラダ フルーツ	ゆかりごはん 清まし汁 鮭の粕漬け焼き 小松菜のわさび和え フルーツ	御飯 中華スープ 八宝菜 中華風和え物 フルーツ	御飯 コンソメスープ たらのたらこマヨネーズ焼き れんこんサラダ フルーツ	御飯 赤だし 白身魚のマスタード焼き きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ	ロールパン コンソメスープ 煮込みハンバーグ 大根サラダ フルーツ
夕食	御飯 コンソメスープ 鶏肉のトマト煮 アスパラのソテー キャベツサラダ	御飯 赤だし 赤魚の生姜煮 にら炒め 春菊の白和え	御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 根菜の煮物 白菜の甘酢和え	御飯 味噌汁 鱈の竜田揚げ ぜんまいの煮付け 菜の花のなめ茸和え	御飯 味噌汁 鶏肉のオイスターソース炒め かぼちゃのそぼろ煮 小松菜のお浸し	御飯 中華スープ 油淋鶏 リヨネーズポテト トマトサラダ	御飯 味噌汁 あじの利休焼き 肉じゃが 茄子ときゅうりの浅漬け
10時	カルピス	ミルクティー	オレンジジュース	いちごオレ	りんごジュース	レモンティー(温)	カフェオレ
3時	ワッフル ほうじ茶	クリームブッセ ほうじ茶	ドーナツ ほうじ茶	ミルクくずもち 緑茶	チョコパウンドケーキ ほうじ茶	まんじゅう 緑茶	おかき(砂糖醤油) 緑茶
	エネルギー 1484kcal 蛋白質 61.2g 脂質 34.6g 炭水化物 226.1g 食塩 7.8g	エネルギー 1544kcal 蛋白質 60.6g 脂質 29.5g 炭水化物 232.4g 食塩 6g	エネルギー 1655kcal 蛋白質 67.4g 脂質 36.6g 炭水化物 257.5g 食塩 7.8g	エネルギー 1641kcal 蛋白質 65.2g 脂質 44g 炭水化物 242.1g 食塩 7.9g	エネルギー 1645kcal 蛋白質 62.1g 脂質 40.3g 炭水化物 252.1g 食塩 6.9g	エネルギー 1600kcal 蛋白質 59.2g 脂質 41.8g 炭水化物 221.3g 食塩 7.1g	エネルギー 1643kcal 蛋白質 61.8g 脂質 46.4g 炭水化物 219.7g 食塩 7.8g

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。