



入所献立表(12/23~12/29)



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：2018/12/23~2018/12/29

	日	月	火	水	木	金	土
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	御飯 味噌汁 目玉焼き 大根のゆかり和え 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 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 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 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 さばのバジル焼き 野菜とチーズのサラダ フルーツ	御飯 ポークソテー(シャリアピン) コンソメスープ リーフサラダ 大豆のカレー炒め	ロールパン ミネストローネ ローストチキン マカロニサラダ 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 中華スープ 豚肉の生姜焼き もやしの和え物 フルーツ	御飯 中華スープ 油淋鶏 春雨サラダ フルーツ	御飯 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 鶏肉のマスタード焼き アスパラのソテー きのこサラダ	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 タラの西京漬け 根菜の煮物 白菜の甘酢和え	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 味噌汁 鱈の竜田揚げ ぜんまいの煮付け きゅうりとわかめの酢の物	御飯 赤だし アジの香味焼き 菜の花のなめ茸和え フルーツ	御飯 味噌汁 ブリの照り焼き 肉じゃが 茄子ときゅうりの浅漬け
10時	いちごオレ	ミルクティー	オレンジジュース	カフェオレ	りんごジュース	カルピス	オレンジジュース
3時	コーヒー(喫茶の日)	バナナクレープ ほうじ茶	クリスマスケーキ ほうじ茶	たい焼き ほうじ茶	ミルクくずもち 緑茶	ドームケーキ(チョコ) ほうじ茶	おかき(砂糖醤油) 緑茶
	エネルギー 1564kcal 蛋白質 61.6g 脂質 48.1g 炭水化物 214.7g 食塩 6.4g	エネルギー 1659kcal 蛋白質 64.2g 脂質 48.2g 炭水化物 213.6g 食塩 6.7g	エネルギー 1656kcal 蛋白質 65.2g 脂質 47.5g 炭水化物 238.4g 食塩 7.3g	エネルギー 1628kcal 蛋白質 62.8g 脂質 33.6g 炭水化物 241.9g 食塩 6.8g	エネルギー 1681kcal 蛋白質 64.7g 脂質 44.1g 炭水化物 249.2g 食塩 7.5g	エネルギー 1605kcal 蛋白質 59.9g 脂質 42.3g 炭水化物 240.8g 食塩 6.4g	エネルギー 1641kcal 蛋白質 56.2g 脂質 48g 炭水化物 237.3g 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。