

 入所献立表 (1/6~1/12)
 

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：2019/1/6~2019/1/12

	日	月	火	水	木	金	土
	6	7	8	9	10	11	12
朝食	御飯 味噌汁 野菜のソテー いんげんのサラダ 漬物 牛乳	七草粥 味噌汁 五目煮豆  ほうれん草の辛子和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 ベーコンエッグ リーフサラダ ふりかけ(おかか) 牛乳	御飯 味噌汁 アジ塩焼き(朝) ブロッコリーのドレッシング和え 味付海苔 牛乳	御飯 味噌汁 炒り卵(しらす) オクラのゆかり和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 いんげんのわさびマヨ ふりかけ(たまご) 牛乳	御飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 小松菜のとしめじのお浸し ふりかけ(おかか) 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 鶏肉のマスタード焼き ブロッコリーのドレッシング和え フルーツ	御飯 味噌汁 赤魚の野菜あんかけ 白菜とちくわの胡麻和え フルーツ	ロールパン コンソメスープ タンドリーチキン グリーンサラダ フルーツ	御飯 豚肉の中華炒め 中華スープ 青菜の中華和え 杏仁豆腐	御飯 清まし汁 鮭の味噌マヨネーズ焼き チキンサラダ フルーツ	キーマカレー 彩りサラダ グレープゼリー 	御飯 味噌汁 さんまの香味焼き ブロッコリーの真砂和え フルーツ
夕食	御飯 中華スープ かに玉 なすの味噌炒め ナムル	御飯 にゅうめん 鶏肉の柚庵焼き 大学芋風 三色酢の物	御飯 清まし汁 たらの磯部揚げ 豆腐チャンプル(小鉢) 煮豆	御飯 赤だし 鯖の蒲焼き風 白菜の信田煮 とろろ芋	御飯 味噌汁 豚肉の焼き肉風 大根の含め煮 ほうれん草の磯和え	御飯 味噌汁 白身魚の粕漬け焼き 卵の花 キャベツときゅうりの即席漬け	御飯 清まし汁 蒸し鶏(温) シュウマイ煮 もずく三杯酢
10時	カルピス	カフェオレ	オレンジジュース	りんごジュース	いちごオレ	ミルクティー(1000ml)	レモンティー(温)
3時	チョコプチシュー ほうじ茶	レーズンパウンドケーキ ほうじ茶	エクレア ほうじ茶	おかき(きな粉) 緑茶	たい焼き 緑茶	おしるこ  緑茶	バナナパウンドケーキ ほうじ茶
	エネルギー 1626kcal 蛋白質 58.8g 脂質 48.7g 炭水化物 232.5g 食塩 7.8g	エネルギー 1719kcal 蛋白質 60.9g 脂質 34.9g 炭水化物 263g 食塩 7.9g	エネルギー 1669kcal 蛋白質 68.2g 脂質 53.6g 炭水化物 222g 食塩 6.7g	エネルギー 1684kcal 蛋白質 69.4g 脂質 48.2g 炭水化物 234g 食塩 6.5g	エネルギー 1627kcal 蛋白質 71.2g 脂質 46.2g 炭水化物 226.9g 食塩 7.8g	エネルギー 1831kcal 蛋白質 66.2g 脂質 44.6g 炭水化物 283.1g 食塩 7.5g	エネルギー 1668kcal 蛋白質 65.3g 脂質 47.9g 炭水化物 235.7g 食塩 7.9g

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。