



入所献立表 (1/20~1/26)



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：2019/1/20~2019/1/26

	日	月	火	水	木	金	土
	20	21	22	23	24	25	26
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 つくね煮 ほうれん草のマヨ和え ふりかけ(おかか) 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 ウインナーソテー チンゲン菜の生姜和え 漬物 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	ロールパン ミネストローネ 鶏肉のクリーム煮 大根サラダ フルーツ	御飯 清まし汁 鯖の梅しそ焼き もずく三杯酢 フルーツ	御飯 チキン南蛮 コンソメスープ キャベツサラダ フルーツ	御飯 清まし汁 豚肉の葱味噌炒め 白菜のゆかり和え フルーツ	御飯 赤だし サバのみりん漬け焼き 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 鶏肉のソース煮込み れんこんサラダ 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 清まし汁 赤魚の柚庵焼き 揚げナスのおろし煮 冷奴	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 鯖の胡麻みそ焼き もやし炒め ほうれん草のくるみ和え	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 清まし汁 ハンバーグのきのこあんかけ 白菜のコンソメ煮 煮豆	御飯 味噌汁 カレーのムニエル ブロッコリー炒め 人参と大根の甘酢漬け
10時	りんごジュース	アップルティー(温)	カルピス	オレンジジュース	いちごオレ	レモンティー(温)	ココア
3時	ドームケーキ(チョコ) ほうじ茶	おかき(きな粉) 緑茶	にんじんのパウンドケーキ ほうじ茶	メープルプチケーキ ほうじ茶	まんじゅう 緑茶	コーヒーゼリー ほうじ茶	抹茶ソフクレープ 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 1630kcal 蛋白質 66.6g 脂質 53.5g 炭水化物 216.1g 食塩 7.3g	エネルギー 1637kcal 蛋白質 57.9g 脂質 41.8g 炭水化物 249g 食塩 7.4g	エネルギー 1699kcal 蛋白質 65.1g 脂質 47.5g 炭水化物 247.8g 食塩 8g	エネルギー 1675kcal 蛋白質 58.4g 脂質 48.1g 炭水化物 225.7g 食塩 7.2g	エネルギー 1626kcal 蛋白質 64.2g 脂質 44.8g 炭水化物 236.9g 食塩 7.4g	エネルギー 1652kcal 蛋白質 66g 脂質 42.2g 炭水化物 224.7g 食塩 7.3g

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。