

入所献立表(11/21~11/27)

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：2021/11/21~2021/11/27

| | 日 21 | 月 22 | 火 23 | 水 24 | 木 25 | 金 26 | 土 27 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝食 | 御飯 味噌汁 ハムソテー オクラと長芋の和え物 梅びしお ヤクルト | 御飯 味噌汁 炒り卵 いんげんごま和え 漬物(桜大根) 牛乳 | 御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 小松菜の和え物 ふりかけ 牛乳 | バターロール コンソメスープ ポパイエッグ ひじきサラダ 牛乳 | 御飯 味噌汁 がんもの煮物 オクラのマヨポン和え 梅干し 牛乳 | 御飯 味噌汁 大豆とベーコンの炒め物 大根サラダ 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 赤魚の塩焼き キャベツサラダ 漬物 牛乳 |
| 昼食 | 御飯 味噌汁 鯖の塩焼き 小松菜のわさび和え フルーツ | チキントマトカレー きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ | 胡麻味噌豆乳うどん 人参とアスパラのサラダ フルーツ | 御飯 中華スープ 油淋鶏 ブロッコリーの昆布和え フルーツ | 御飯 味噌汁 鮭の南蛮漬 菜の花の和え物 フルーツ | 御飯 中華スープ 豚肉のスタミナソース ほうれん草のしらす和え フルーツ | 御飯 コンソメスープ ホワイトシチュー かぼちゃサラダ オレンジゼリー |
| 夕食 | 御飯 コンソメスープ ミートローフ アスパラのソテー カリフラワー Dressing 和え | 御飯 清まし汁 鮭のちゃんちゃん焼き 白菜の煮びたし 春菊のなめ茸和え | 御飯 味噌汁 赤魚の生姜煮 にら炒め オクラのお浸し | 御飯 味噌汁 カレイのたらこマヨネーズ焼き 肉じゃが なすの浅漬け | 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 春菊の白和え | 御飯 清まし汁 サバの味噌煮 ぜんまいの煮付け 菜の花のお浸し | 御飯 味噌汁 鱈の粕漬け焼き さつまいものバター醤油炒め 白菜のゆかり和え |
| 10時 | ミルクティー | オレンジジュース | りんごジュース | カフェオレ | カルピス | いちごオレ | アップルティー |
| 3時 | はちみつレモンパウンドケーキ ほうじ茶 | カステラ ほうじ茶 | メープルプチケーキ ほうじ茶 | シベリア 緑茶 | 黒糖まんじゅう ほうじ茶 | おかき ほうじ茶 | いちごプチシュー ほうじ茶 |
| | エネルギー 1611kcal 蛋白質 56.2g 脂質 36.1g 炭水化物 239.6g 食塩 7.2g | エネルギー 1619kcal 蛋白質 62.5g 脂質 36.7g 炭水化物 251.4g 食塩 8g | エネルギー 1740kcal 蛋白質 62.4g 脂質 52.9g 炭水化物 249.6g 食塩 8.1g | エネルギー 1718kcal 蛋白質 66.9g 脂質 49.2g 炭水化物 227.3g 食塩 7.1g | エネルギー 1788kcal 蛋白質 69.5g 脂質 48.1g 炭水化物 262.8g 食塩 8.4g | エネルギー 1665kcal 蛋白質 65.4g 脂質 50.5g 炭水化物 228.2g 食塩 9g | エネルギー 1724kcal 蛋白質 64g 脂質 50.3g 炭水化物 247.3g 食塩 7.5g |

※献立の内容は都合により変更になる場合があります。予めご了承ください。