

入所献立表(11/28~12/4)

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：2021/11/28~2021/12/4

	日 28	月 29	火 30	水 1	木 2	金 3	土 4
朝食	御飯 味噌汁 野菜のソテー れんこんサラダ 漬物 ヤクルト	バターロール コンソメスープ ベーコンエッグ アスパラのサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 炒り鶏 小松菜の山吹和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 オクラ和風サラダ ゆずみそ 牛乳	御飯 味噌汁 厚焼き玉子 キャベツのゆかり和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 つくね煮 ほうれん草の和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 鮭塩焼き いんげんのわさびマヨ 漬物 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ ブロッコリーの真砂和え フルーツ	御飯 清まし汁 すきやき 帆立とわかめの酢の物 フルーツ	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ ポテトサラダ オレンジゼリー	御飯 粕汁 サバのみりん漬け焼き 小松菜と油揚げの和えもの フルーツ	御飯 味噌汁 八宝菜 ほうれん草と長芋の梅和え フルーツ	御飯 味噌汁 鱈の蒲焼き風 チンゲン菜の中華風和え フルーツ	けんちゃんそば ブロッコリー炒め フルーツ
夕食	御飯 にゅうめん 豚肉の柳川風 大学芋風 菜の花と長いもの和え物	御飯 味噌汁 家常豆腐 ひじき煮 ほうれん草の和え物	御飯 清まし汁 白身魚のたいみそ焼き なすの煮びたし 三色酢の物	御飯 味噌汁 蒸し鶏 きんぴらごぼう とろろ芋	御飯 味噌汁 白身魚の柚庵焼き じゃが芋煮物 煮豆	御飯 味噌汁 豚肉の焼き肉風 大根の含め煮 茄子の和え物	御飯 味噌汁 カレーのごま風味焼 キャベツの煮びたし もずく三杯酢
10時	ミルクティー	カフェオレ	いちごオレ	カルピス	アップルティー	レモンティー	りんごジュース
3時	マイケーキ ほうじ茶	大福 ほうじ茶	和のパンケーキきなこ 緑茶	梅ようかん 緑茶	チョコレートプリン ほうじ茶	りんごプチケーキ ほうじ茶	チョコケーキ ほうじ茶
	エネルギー 1522kcal 蛋白質 50.5g 脂質 30.6g 炭水化物 255.2g 食塩 7.2g	エネルギー 1768kcal 蛋白質 68.3g 脂質 52.7g 炭水化物 227.1g 食塩 7.9g	エネルギー 1696kcal 蛋白質 63.7g 脂質 42.3g 炭水化物 261.7g 食塩 8.8g	エネルギー 1649kcal 蛋白質 65g 脂質 30.4g 炭水化物 269.2g 食塩 8.1g	エネルギー 1616kcal 蛋白質 60.9g 脂質 41.4g 炭水化物 244g 食塩 8.2g	エネルギー 1626kcal 蛋白質 63.8g 脂質 43.5g 炭水化物 234.4g 食塩 8.5g	エネルギー 1649kcal 蛋白質 67.3g 脂質 48.3g 炭水化物 229.4g 食塩 8.5g

※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。