

入所献立表(1/9~1/15)

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：2022/1/9~2022/1/15

	日 9	月 10	火 11	水 12	木 13	金 14	土 15
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 ハムソテー 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	赤飯 清まし汁 親子煮 帆立とわかめの酢の物 フルーツ	キーマカレー かぼちゃサラダ フルーツ	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 もずくスープ 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 味噌汁 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 アジの香味焼き 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 きんぴらごぼう 三色酢の物	御飯 にゅうめん 蒸し鶏 なすの煮びたし 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	焼きドーナツ ほうじ茶	誕生日ケーキ ストレートティー	和のパンケーキきなこ 緑茶	梅ようかん 緑茶	バームクーヘン ほうじ茶	マイケーキ ほうじ茶	ロールケーキ ほうじ茶
	エネルギー 1607kcal 蛋白質 52.6g 脂質 38.2g 炭水化物 258.5g 食塩 7.1g	エネルギー 1692kcal 蛋白質 71.5g 脂質 44.9g 炭水化物 228.7g 食塩 8g	エネルギー 1587kcal 蛋白質 60.4g 脂質 36.6g 炭水化物 246.1g 食塩 7.5g	エネルギー 1705kcal 蛋白質 66.8g 脂質 36.4g 炭水化物 271.9g 食塩 8.8g	エネルギー 1529kcal 蛋白質 56.5g 脂質 33g 炭水化物 245.9g 食塩 8.2g	エネルギー 1558kcal 蛋白質 62.3g 脂質 39.1g 炭水化物 230.5g 食塩 8.3g	エネルギー 1631kcal 蛋白質 66.7g 脂質 46.7g 炭水化物 229.8g 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。