

入所献立表(9/18~9/24)

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：2022/9/18~2022/9/24

	日 18	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23	土 24
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	御飯 味噌汁 ほっけ塩焼き アスパラのサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 小松菜の山吹和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 炒り鶏 オクラ和風サラダ 漬物 牛乳	バターロール コンソメスープ オムレツ 白菜のマヨ和え 牛乳	御飯 味噌汁 五目煮豆 春菊のゆず和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 鮭塩焼き ブロッコリーのわさびマヨ 漬物 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 鮭のごま風味焼 菜の花と長いもの和え物 フルーツ	さつまいも入り赤飯 清まし汁 てんぷら 玉子焼き 菊花和え フルーツ	御飯 もずくスープ 鯖の竜田揚げ インゲンの真砂和え フルーツ	御飯 味噌汁 豚と大根の梅煮 小松菜と油揚げの和えもの フルーツ	肉そば ブロッコリーの和えもの フルーツ	御飯 すまし汁 豚肉の焼き肉風 ほうれん草のからし酢味噌和え フルーツ	御飯 すまし汁 鱈の蒲焼き風 小松菜の梅和え フルーツ
夕食	御飯 コンソメスープ チキンガーリックソテー 大学芋風 インゲンのシラス和え	御飯 味噌汁 鱈の香味焼き ひじき煮 ほうれん草の和え物	御飯 にゅうめん 豆腐の肉みそかけ なすの煮もの とろろ芋	御飯 清まし汁 白身魚のたいみそ焼き キャベツのカレー炒め 煮豆	御飯 味噌汁 牛肉の柳川風 じゃが芋のたらこバター炒め いんげんの和えもの	御飯 味噌汁 カレーの煮付け 大根の含め煮 茄子の和え物	御飯 味噌汁 鶏の中華ネギだれ きんぴらごぼう もずく三杯酢
10時	ミルクティー	カフェオレ	カルピス	いちごオレ	アップルティー	レモンティー	りんごジュース
3時	メープルシフォンケーキ 麦茶	練り切り 麦茶	原宿ドッグミニバナナ 緑茶	どらやき 麦茶	バームクーヘン 麦茶	ロールケーキ 麦茶	もみじまんじゅう 麦茶
	エネルギー 1610kcal 蛋白質 57.7g 脂質 42.4g 炭水化物 262.1g	エネルギー 1806kcal 蛋白質 73.3g 脂質 45.8g 炭水化物 270.3g	エネルギー 1742kcal 蛋白質 68.2g 脂質 55.5g 炭水化物 256.8g	エネルギー 1536kcal 蛋白質 60.9g 脂質 34.5g 炭水化物 257g	エネルギー 1546kcal 蛋白質 63.1g 脂質 59.8g 炭水化物 205.8g	エネルギー 2171kcal 蛋白質 76.7g 脂質 70g 炭水化物 328.9g	エネルギー 1518kcal 蛋白質 63.6g 脂質 34.3g 炭水化物 248.7g

食塩 6g	食塩 9.5g	食塩 8.3g	食塩 7.4g	食塩 7.5g	食塩 7.6g	食塩 6.7g
-------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

※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。