

入所献立表(11/19~11/25)

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：2023/11/19~2023/11/25

	日 19	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24	土 25
朝食	御飯 味噌汁 ハムソテー オクラの和え物 梅びしお 牛乳	御飯 味噌汁 野菜のソテー カリフラワーのサラダ ふりかけ 飲むヨーグルト	バターロール コンソメスープ ポパイエッグ アスパラとツナのサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 炒り卵 白菜の胡麻酢和え 漬物 ヤクルト	御飯 コンソメスープ 目玉焼き オクラのドレッシング和え 梅びしお 牛乳	御飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 春菊のピーナツ和え 漬物 牛乳
	御飯 味噌汁 <small>白身魚のたらこマヨネーズ焼き</small> ほうれん草のお浸し フルーツ	御飯 清まし汁 鱈のねぎソース 春菊の白和え フルーツ	御飯 味噌汁 回鍋肉 <small>きゅうりとわかめの酢の物</small> フルーツ	御飯 清まし汁 <small>鱈の塩こうじ漬け焼き</small> アスパラとしめじの和え物 フルーツ	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き もやしの中華和え フルーツ	御飯 味噌汁 カレーの煮付け インゲンのたらこ和え フルーツ	肉そば <small>チンゲン菜の中華風和え</small> フルーツ
夕食	御飯 コンソメスープ <small>鶏のコーンクリームがけ</small> <small>アスパラポテトのチーズ風味焼き</small> ブロッコリーのドレッシング和え アップルジュース	御飯 中華スープ かに玉 アスパラの炒め物 鶏のさっぱりサラダ	御飯 味噌汁 タラの甘酢かけ さつまいもレモン煮 小松菜のゆず和え	御飯 もずくスープ チキン南蛮 大根のそぼろ煮 五色和え	御飯 すまし汁 白身魚の香り蒸し 里芋の味噌バター煮 和風チキンサラダ	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 かぼちゃのいとこ煮 長芋の和え物	御飯 清まし汁 <small>鮭のちゃんちゃん焼き</small> 白菜の信田煮 <small>ブロッコリーのおかか和え</small>
	マイケーキ ほうじ茶	人形焼 緑茶	原宿ドッグ 緑茶	カステラ 緑茶	プリン ほうじ茶	喫茶の日	ふわふわカスタードワッフル ほうじ茶
3時	1513kcal 蛋白質 61.5g 脂質 38.6g 炭水化物 244.1g 食塩 7g	1528kcal 蛋白質 64.2g 脂質 39.3g 炭水化物 237.7g 食塩 7.9g	1695kcal 蛋白質 66.4g 脂質 52.4g 炭水化物 251.2g 食塩 7.7g	1510kcal 蛋白質 63.6g 脂質 35.9g 炭水化物 243.7g 食塩 10.3g	1479kcal 蛋白質 63.9g 脂質 32.5g 炭水化物 242.8g 食塩 7.2g	1476kcal 蛋白質 61g 脂質 29.2g 炭水化物 254.9g 食塩 7.2g	1564kcal 蛋白質 71g 脂質 49.1g 炭水化物 224.2g 食塩 7.6g