

入所献立表(7/7~7/13)

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：2024/7/7~2024/7/13

	日 7	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13
朝食	バターロール コンソメスープ 野菜のソテー 白菜のマヨ和え 牛乳	御飯 味噌汁 サバ塩焼き ブロッコリーのわさびマヨ 漬物 飲むヨーグルト	御飯 味噌汁 目玉焼き キャベツおほか和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 いんげんのツナ和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 鯔塩焼き 菜の花のからし和え ふりかけ ヤクルト	御飯 味噌汁 炒り卵 白菜の磯部和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 カリフラワーのサラダ 漬物 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 豚肉のハニーマスタードソース ほうれん草の和え物 フルーツ	御飯 味噌汁 鯔の蒲焼き風 小松菜の胡麻和え フルーツ	御飯 味噌汁 カレイの煮付け 切り干し大根のサラダ フルーツ	赤飯 味噌汁 チキン南蛮 オクラのゴマ和え フルーツ	御飯 もずくスープ 豚肉の西京漬け焼き 大根のともあえ フルーツ	御飯 味噌汁 回鍋肉 もやしの中華和え フルーツ	御飯 コンソメスープ 鯔のきのこソース きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ
夕食	御飯 味噌汁 白身魚の揚げ煮 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	御飯 清まし汁 豚肉の味噌炒め もやしと茄子の炒めもの ほうれん草の中華和え	御飯 味噌汁 タラの香り蒸し 白菜の信田煮 青菜の和え物	御飯 味噌汁 ホキの甘酢かけ アスパラの炒め物 小松菜のゆず和え	御飯 味噌汁 鯖のねぎソース さつまいもレモン煮 鶏のさっぱりサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き かぼちゃのいとこ煮 春菊とシラスの和え物
10時	レモンティー(温)	りんごジュース	フルーツミックスジュース	ココア	レモンティー(温)	カルピス	ミルクティー
3時	エクレア 麦茶	おやつレク 麦茶	おかき(きな粉) 緑茶	誕生日ケーキ ストレートティー	栗カステラ饅頭 麦茶	おやつレク 緑茶	カステラ 麦茶
	1483kcal 蛋白質 50g 脂質 47.8g 炭水化物 202g 食塩 7.5g	1356kcal 蛋白質 48.7g 脂質 22.6g 炭水化物 223.7g 食塩 6.3g	1556kcal 蛋白質 56.3g 脂質 42.1g 炭水化物 222.3g 食塩 8.5g	1801kcal 蛋白質 59.8g 脂質 47.4g 炭水化物 267.2g 食塩 10.2g	1433kcal 蛋白質 47.8g 脂質 32.6g 炭水化物 222.9g 食塩 9.2g	1583kcal 蛋白質 57.3g 脂質 37.9g 炭水化物 241.3g 食塩 7.6g	1523kcal 蛋白質 53.3g 脂質 26.4g 炭水化物 253.9g 食塩 7.1g