

入所献立表(7/14~7/20)

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：2024/7/14~2024/7/20

| | 日 14 | 月 15 | 火 16 | 水 17 | 木 18 | 金 19 | 土 20 |
|-----|---|---|---|--|--|---|---|
| 朝食 | 御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 もやしのたらこ和え のり佃煮 牛乳 | バターロール コンソメスープ ポパイエッグ オクラのなめ茸和え 飲むヨーグルト | 御飯 味噌汁 野菜のソテー <small>カリフラワーのマヨポン和え</small> 漬物 牛乳 | 御飯 味噌汁 玉子とじ 春菊の辛子和え 梅びしお 牛乳 | 御飯 味噌汁 つくねの煮物 ブロッコリーのお浸し のりの佃煮 ヤクルト | 御飯 味噌汁 炒り鶏 ひじきサラダ 漬物 牛乳 | バターロール コンソメスープ ハムソテー グリーンサラダ 牛乳 |
| 昼食 | 御飯 味噌汁 麻婆豆腐 スイートサラダ フルーツ | 御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 大根のマリネ フルーツ | 御飯 コンソメスープ 鶏肉のマムレード焼き ポテトサラダ フルーツ | 御飯 清まし汁 鱈のカレー風味焼き もやしのさっぱりサラダ フルーツ | 御飯 清まし汁 <small>カレイの味噌マヨネーズ焼き</small> きのこサラダ フルーツ | 御飯 味噌汁 豚肉のスタミナソース いんげんごま和え フルーツ | 味噌ラーメン <small>ブロッコリーの和えもの</small> フルーツ |
| 夕食 | 御飯 味噌汁 <small>鱈の塩こうじ漬け焼き</small> 白菜の煮びたし アスパラのサラダ | 御飯 中華スープ 鮭のちゃんちゃん焼き スパイシーポテト 中華和え | 御飯 清まし汁 ホキの粕漬け焼き 大根の煮物 小松菜の和えもの | 御飯 にゅうめん 豚肉のおろし煮 <small>さつまいものバター醤油炒め</small> 白菜ときゅうりの即席漬け | 御飯 味噌汁 チャプチェ じゃがいもの煮物 豆腐とオクラの梅肉和え | 御飯 味噌汁 鮭のバター醤油焼き チリコンカン 小松菜のナムル | 御飯 清まし汁 サバの味噌煮 にら炒め カリフラワーのマリネ |
| 10時 | いちごオレ | アップルティー (温) | ミルクティー (1000ml) | カルピス | ココア | りんごジュース | フルーツミックスジュース |
| 3時 | ようかん 麦茶 | ドームケーキ 緑茶 | まんじゅう ほうじ茶 | もみじまんじゅう ほうじ茶 | カステラ ほうじ茶 | マイケーキ ほうじ茶 | どら焼き ほうじ茶 |
| | エネルギー 1653kcal 蛋白質 57.3g 脂質 29.2g 炭水化物 274.8g 食塩 14.9g | エネルギー 1590kcal 蛋白質 53.4g 脂質 48.3g 炭水化物 218.3g 食塩 6.5g | エネルギー 1570kcal 蛋白質 53.1g 脂質 36.1g 炭水化物 247.4g 食塩 6.8g | エネルギー 1716kcal 蛋白質 52.6g 脂質 38.7g 炭水化物 273.4g 食塩 7.6g | エネルギー 1544kcal 蛋白質 49.3g 脂質 27.1g 炭水化物 258g 食塩 8.9g | エネルギー 1703kcal 蛋白質 56.5g 脂質 50.1g 炭水化物 240.4g 食塩 7.7g | エネルギー 1637kcal 蛋白質 55.4g 脂質 51.4g 炭水化物 226.2g 食塩 7g |