

入所献立表(12/22~12/28)

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：2024/12/22~2024/12/28

	日 22	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28
朝食	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	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 飲むヨーグルト	御飯 味噌汁 炒り鶏 オクラ和風サラダ 梅びしお 牛乳	御飯 味噌汁 ほっけ塩焼き アスパラのサラダ ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 五目煮豆 春菊のゆず和え ゆずみそ ヤクルト	御飯 味噌汁 サバ塩焼き ブロッコリーのわさびマヨ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 目玉焼き キャベツおかか和え 漬物 牛乳
昼食	御飯 コンソメスープ カレイのハーブソテー かぼちゃサラダ フルーツ	御飯 もずくスープ 鯖の竜田揚げ 三色酢の物 フルーツ	エビピラフ ミネストローネ クリスマス照り焼きチキン ポテトサラダ サンタさんの三色ゼザート	カレーうどん キャベツのお浸し フルーツ	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 鮭のごま風味焼 菜の花の和え物 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
夕食	御飯 味噌汁 牛肉の柳川風 じゃが芋のたらこバター炒め いんげんのピーナツ和え	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 鱈のみりん漬け焼き ひじき煮 ほうれん草の和え物	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
10時	ぶどうジュース	ココア	いちごオレ	ミルクティー (1000ml)	レモンティー (温)	カフェオレ	フルーツミックスジュース
3時	きみしぐれ 麦茶	カステラ 緑茶	クリスマスケーキ ストレートティー	チョコバナナパウンドケーキ 麦茶	喫茶の日 コーヒー	もみじまんじゅう 麦茶	バームクーヘン 麦茶
	1669kcal 蛋白質 53.5g 脂質 45.1g 炭水化物 246.8g 食塩 6.9g	1678kcal 蛋白質 70g 脂質 62.7g 炭水化物 148.8g 食塩 8.2g	1690kcal 蛋白質 57.6g 脂質 40.1g 炭水化物 263.4g 食塩 7.5g	1735kcal 蛋白質 61g 脂質 59.3g 炭水化物 224.3g 食塩 9.4g	1425kcal 蛋白質 47.1g 脂質 31.4g 炭水化物 223.1g 食塩 7.4g	1603kcal 蛋白質 57.6g 脂質 37.7g 炭水化物 222.2g 食塩 6.5g	1557kcal 蛋白質 50.3g 脂質 41.5g 炭水化物 230.1g 食塩 8.4g