

入所献立表(3/30~4/5)

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：2025/3/30~2025/4/5

	日 30	月 31	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食	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 牛乳	御飯 味噌汁 野菜のソテー 大根サラダ（カニカマ） 漬物（赤かっぱ） ヤクルト	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 牛乳	御飯 味噌汁 炒り鶏 ひじきサラダ 漬物（桜大根） 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	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（おかか） 飲むヨーグルト
昼食	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 鶏肉のママレード焼き 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 カレーの味噌マヨネーズ焼き 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 ブロッコリーの和えもの フルーツ	ミニ食パン コンソメスープ ホワイトシチュー キャベツサラダ フルーツ
夕食	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 さつまいものバター醤油炒め 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	御飯 もずくスープ 鶏肉のオイスターソース炒め 大根のそぼろ煮 小松菜のゆず和え
10時	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	オレンジジュース	アップルジュース
3時	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	エクレア ほうじ茶
	1648kcal 蛋白質 56.8g 脂質 54.8g 炭水化物 215.6g 食塩 6.6g	1498kcal 蛋白質 48g 脂質 28.5g 炭水化物 251.3g 食塩 6.9g	1697kcal 蛋白質 52.5g 脂質 38.8g 炭水化物 268.1g 食塩 7.7g	1614kcal 蛋白質 54.6g 脂質 34.1g 炭水化物 254.4g 食塩 9.1g	1703kcal 蛋白質 56.5g 脂質 50.1g 炭水化物 240.4g 食塩 7.7g	1637kcal 蛋白質 55.4g 脂質 51.4g 炭水化物 226.2g 食塩 7g	1318kcal 蛋白質 46.2g 脂質 28.1g 炭水化物 206.9g 食塩 8.3g