



🍩 献立表(12/3~12/9) 🍩

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：2017/12/3~2017/12/9

	日	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8	9
朝食	御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 もやしの和え物 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 オムレツ インゲンサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 鮭の塩焼き オクラの昆布和え 味付海苔 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ(おかか) 牛乳	御飯 味噌汁 リヨネーズポテト ブロッコリーのサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 白菜の磯和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 ほうれん草のピナツ和え 漬物 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 小松菜の白和え フルーツ	御飯 清まし汁 鰯のごま煮 青菜の和え物 フルーツ	御飯 味噌汁 かつ煮 大根サラダ(カニカマ) フルーツ	焼きそば かき玉汁 チンゲン菜の中華風和え フルーツ 	御飯 ホキの香り蒸し コンソメスープ かぼちゃサラダ フルーツ	御飯 コンソメスープ 鶏肉のパン粉焼き コールスローサラダ フルーツ	赤飯  清まし汁 柳川風煮 竹輪ときゅうりの酢の物 フルーツ
夕食	御飯 清まし汁 鱈のおろしポン酢 里芋の味噌煮 春雨サラダ	御飯 赤だし 鶏肉の治部煮 焼きビーフン 煮豆	御飯 中華スープ 麻婆豆腐 シュウマイ ナムル	御飯 清まし汁 鯖の煮つけ かぼちゃミルク煮 なすの浅漬け	御飯 味噌汁 親子煮 いんげんとジャコの炒め物 キャベツの梅和え	御飯 もずくスープ 鮭のちゃんちゃん焼き 肉じゃが ほうれん草のケルミ和え	御飯 清まし汁 ぶりの味噌煮 れんこんの金平 白菜の甘酢和え
10時	オレンジジュース	ミルクティー	りんごジュース	レモンティー(温)	いちごオレ	カルピス	オレンジジュース
3時	まんじゅう ほうじ茶	エクレア ほうじ茶	ココアゼリー ほうじ茶	ドーナツ ほうじ茶	もみじ饅頭(クリーム) 緑茶	マイケーキ(バニラ) ほうじ茶	誕生日ケーキ(ストロベリー) ストレートティー
	エネルギー 1585kcal 蛋白質 62.8g 脂質 32.8g 炭水化物 231.2g 食塩 7.8g	エネルギー 1617kcal 蛋白質 67.2g 脂質 37.3g 炭水化物 245.8g 食塩 7.1g	エネルギー 1656kcal 蛋白質 67.2g 脂質 45.2g 炭水化物 239.2g 食塩 7.4g	エネルギー 1637kcal 蛋白質 57.7g 脂質 50.1g 炭水化物 231.4g 食塩 7.9g	エネルギー 1593kcal 蛋白質 60.6g 脂質 38.3g 炭水化物 244.6g 食塩 6.9g	エネルギー 1641kcal 蛋白質 66.1g 脂質 40.6g 炭水化物 247.1g 食塩 7.6g	エネルギー 1784kcal 蛋白質 61.8g 脂質 48.4g 炭水化物 266.1g 食塩 8.6g

献立の内容は都合により変更になる場合がございます。予め、ご了承ください。