




 献立表(12/10~12/16)
 

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：2017/12/10~2017/12/16

	日	月	火	水	木	金	土
	10	11	12	13	14	15	16
朝食	御飯 味噌汁 野菜炒め(朝) 小松菜のおひたし 梅びしお 牛乳	御飯 味噌汁 ウインナーソーテー チンゲン菜の生姜和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 オクラのなめ茸和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 玉子とじ 白菜の青のり和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 つくね煮 ほうれん草のマヨ和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 ハムエッグ カリフラワーのサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 厚揚げの煮物 白菜のしらすあえ 漬物 牛乳
昼食	御飯 赤だし ほっけの塩焼き オクラと長芋のわさび和え物 フルーツ	御飯 清まし汁 豚肉の葱味噌炒め 白菜のゆかり和え フルーツ	御飯 清まし汁 鱈の利休焼き もずく三杯酢 フルーツ	チキントマトカレー コンソメスープ キャベツサラダ 漬物(福神漬)  カルピスゼリー	ロールパン コーンポタージュ ハーブチキン 大根サラダ  フルーツ	御飯 味噌汁 鯖の梅煮 いんげんのたらこマヨ和え フルーツ	御飯 コンソメスープ 鶏肉のソース煮込み れんこんサラダ フルーツ
夕食	御飯 コンソメスープ 鶏肉のチーズ焼き ラタトゥイユ ブロッコリ-のカレ-マヨ和え	御飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 切干大根とベーコンの煮物 トマトサラダ	御飯 中華スープ 回鍋肉 さつまいもレモン煮 チョコレギサラダ	御飯 味噌汁 鮭のムニエル ブロッコリ-のそぼろあんかけ 人参とかぶの甘酢漬け	御飯 清まし汁 赤魚の柚庵焼き 揚げナスのおろし煮 冷奴	御飯 清まし汁 ハンバーグのきのこあんかけ ひじき煮 煮豆	御飯 味噌汁 おでん もやし炒め ほうれん草のくるみ和え
10時	りんごジュース	いちごオレ	オレンジジュース	ココア	レモンティー(温)	いちごオレ	りんごジュース
3時	コーヒー(喫茶の日) 	まんじゅう 緑茶	にんじんのパウンドケーキ ほうじ茶	もみじ饅頭(あんこ) 緑茶	コーヒーゼリー ほうじ茶	おかき(きな粉) 緑茶	抹茶みるくゼリー ほうじ茶
	エネルギー 1532kcal 蛋白質 59.4g 脂質 40.3g 炭水化物 227g 食塩 6g	エネルギー 1667kcal 蛋白質 57.8g 脂質 48.8g 炭水化物 222.8g 食塩 7.1g	エネルギー 1651kcal 蛋白質 58.2g 脂質 42.8g 炭水化物 250.6g 食塩 7.2g	エネルギー 1642kcal 蛋白質 70.2g 脂質 39.4g 炭水化物 246.8g 食塩 7.8g	エネルギー 1668kcal 蛋白質 67.7g 脂質 53.4g 炭水化物 225.6g 食塩 7.9g	エネルギー 1695kcal 蛋白質 64.8g 脂質 46.4g 炭水化物 250.6g 食塩 8g	エネルギー 1628kcal 蛋白質 62.5g 脂質 42.8g 炭水化物 243.1g 食塩 7.8g

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。