



献立表 (1./7~1/13)



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：2018/1/7~2018/1/13

	日	月	火	水	木	金	土
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	御飯 味噌汁 野菜のソテー いんげんのサラダ 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 五目煮豆 ほうれん草の辛子和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 ベーコンエッグ れんこんサラダ ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 アジ塩焼き(朝) ブロッコリーのドレッシング和え 味付海苔 牛乳	御飯 味噌汁 炒り卵(しらす) オクラのゆかり和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 いんげんのわさびマヨ ふりかけ(たまご) 牛乳	御飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 小松菜のとしめじのお浸し ふりかけ(おかか) 牛乳
昼食	七草粥  味噌汁 鶏肉のマスタード焼き ブロッコリーのドレッシング和え フルーツ	御飯 味噌汁 赤魚の野菜あんかけ 白菜とちくわの胡麻和え フルーツ	ロールパン  コンソメスープ クリームシチュー(鶏) ホットサラダ フルーツ	チャーハン  中華スープ 青菜の中華和え 杏仁豆腐	御飯 清まし汁 鮭の味噌マヨネーズ焼き チキンサラダ フルーツ	キーマカレー コンソメスープ 彩りサラダ  グレープゼリー	御飯 味噌汁 さんまの香味焼き ブロッコリーの真砂和え フルーツ
夕食	御飯 中華スープ かに玉 なすの味噌炒め ナムル	御飯 にゅうめん 鶏肉の柚庵焼き 大学芋風 三色酢の物	御飯 清まし汁 たらの磯部揚げ 豆腐チャンプル(小鉢) 煮豆	御飯 赤だし 鯖の蒲焼き風 白菜の信田煮 とろろ芋	御飯 味噌汁 豚肉の焼き肉風 大根の含め煮 ほうれん草の磯和え	御飯 味噌汁 白身魚の粕漬け焼き 卵の花 キャベツときゅうりの即席漬け	御飯 清まし汁 蒸し鶏(温) シュウマイ煮 もずく三杯酢
10時	いちごオレ	カフェオレ	オレンジジュース	りんごジュース	いちごオレ	ミルクティー	レモンティー(温)
3時	チョコプチシュー ほうじ茶	レーズンパウンドケーキ ほうじ茶	お餅 緑茶	誕生日ケーキ(チョコケーキ) ストレートティー	おしるこ 緑茶	ワッフル ほうじ茶	バナナパウンドケーキ ほうじ茶
	エネルギー 1668kcal 蛋白質 59.5g 脂質 49.5g 炭水化物 241.6g 食塩 7.9g	エネルギー 1680kcal 蛋白質 62.7g 脂質 36.8g 炭水化物 267.6g 食塩 8g	エネルギー 1808kcal 蛋白質 71.1g 脂質 50.8g 炭水化物 259.4g 食塩 7.1g	エネルギー 1708kcal 蛋白質 66.8g 脂質 46g 炭水化物 249.1g 食塩 7.1g	エネルギー 1669kcal 蛋白質 71g 脂質 45.9g 炭水化物 237.4g 食塩 7.9g	エネルギー 1688kcal 蛋白質 64.3g 脂質 49g 炭水化物 240.9g 食塩 7.7g	エネルギー 1674kcal 蛋白質 65.3g 脂質 47.9g 炭水化物 237.1g 食塩 7.9g

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。