




🍊 入所献立表 (10/28~11/3) 🍊

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：2018/10/28~2018/11/3

	日	月	火	水	木	金	土
	28	29	30	31	1	2	3
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 いんげんごま和え 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(おかか) 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 鯖の塩焼き オクラと長芋のわさび和え物 フルーツ	御飯 清まし汁 豚肉の柳川風 白菜のゆかり和え フルーツ	御飯 清まし汁 鯖の味噌マヨネーズ焼き もずく三杯酢 フルーツ	御飯 イタリアン風ハンバーグ コンソメスープ グリーンサラダ かぼちゃプリン	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	けんちんうどん さつまいもレモン煮 菊花和え 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 トマトの和え物	御飯 中華スープ 回鍋肉 大学芋風 チョレギサラダ	御飯 味噌汁 白身魚のおろし煮 ブロッコリ-のそぼろあんかけ 大根のゆかり和え	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 蒸し鶏の野菜あんかけ ひじき煮 煮豆	御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き もやし炒め ほうれん草のしらす和え
10時	りんごジュース	いちごオレ	レモンティー(温)	オレンジジュース	カルピス	アップルティー(温)	ココア
3時	コーヒー(喫茶の日) 	バナナソフクレープ 玄米茶	おかき(きな粉) ほうじ茶	パンプキンまんじゅう 玄米茶	コーヒーゼリー ほうじ茶	ム-スシュー 玄米茶	梨ゼリー ほうじ茶
	エネルギー 1601kcal 蛋白質 62.7g 脂質 45g 炭水化物 230.3g 食塩 6.1g	エネルギー 1655kcal 蛋白質 59.5g 脂質 52.1g 炭水化物 231.4g 食塩 7.4g	エネルギー 1632kcal 蛋白質 57.7g 脂質 47.5g 炭水化物 237.3g 食塩 7.5g	エネルギー 1767kcal 蛋白質 65.7g 脂質 45.8g 炭水化物 268.2g 食塩 8g	エネルギー 1687kcal 蛋白質 68.7g 脂質 52.5g 炭水化物 232g 食塩 7.5g	エネルギー 1581kcal 蛋白質 66.2g 脂質 39g 炭水化物 236.7g 食塩 7.4g	エネルギー 1547kcal 蛋白質 55.9g 脂質 29g 炭水化物 241.3g 食塩 9.8g

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。