

入所献立表(4/14~4/20)

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：2024/4/14~2024/4/20

	日 14	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20
朝食	御飯 味噌汁 目玉焼き キャベツおかか和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 いんげんのツナ和え 漬物 飲むヨーグルト	御飯 味噌汁 鰯塩焼き 菜の花のからし和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 炒り卵 白菜の磯部和え 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの煮物 カリフラワーのサラダ 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 もやしのたらこ和え のり佃煮 牛乳	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
昼食	御飯 味噌汁 カレイの煮付け 切り干し大根のサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 チキン南蛮 オクラのゴマ和え フルーツ	御飯 もずくスープ 豚肉の西京漬け焼き 大根のともあえ フルーツ	御飯 味噌汁 回鍋肉 もやし中華和え フルーツ	御飯 コンソメスープ 鮭のきのこソース きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 スイートサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 大根のマリネ フルーツ
夕食	御飯 清まし汁 豚肉の味噌炒め もやしと茄子の炒めもの ほうれん草の中華和え	御飯 味噌汁 タラの香り蒸し 白菜の信田煮 青菜の和え物	御飯 味噌汁 ホキの甘酢かけ アスパラの炒め物 小松菜のゆず和え	御飯 味噌汁 鯖のねぎソース さつまいもレモン煮 鶏のさっぱりサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き かぼちゃのいとこ煮 春菊とシラスの和え物	御飯 味噌汁 鰯の塩こうじ漬け焼き 白菜の煮びたし アスパラのサラダ	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
10時	オレンジジュース	いちごオレ	レモンティー(温)	カルピス	ミルクティー	イオンドリンク	アップルティー(温)
3時	おかき(きな粉) 緑茶	栗カステラ饅頭 麦茶	プリン 麦茶	たい焼き 緑茶	カステラ 麦茶	焼きドーナツ 麦茶	ドームケーキ 緑茶
	1573kcal 蛋白質 55.7g 脂質 41.9g 炭水化物 227g 食塩 8.5g	1625kcal 蛋白質 54.9g 脂質 34g 炭水化物 258.1g 食塩 10g	1510kcal 蛋白質 55.8g 脂質 42.9g 炭水化物 211.6g 食塩 9.5g	1670kcal 蛋白質 58.9g 脂質 38.3g 炭水化物 260.2g 食塩 7.6g	1452kcal 蛋白質 48g 脂質 19.4g 炭水化物 257.2g 食塩 6.9g	1571kcal 蛋白質 54.6g 脂質 36g 炭水化物 241.6g 食塩 15g	1650kcal 蛋白質 56.9g 脂質 54.8g 炭水化物 215.9g 食塩 6.6g