

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】

	10月13日(月)	10月14日(火)	10月15日(水)	10月16日(木)	10月17日(金)	10月18日(土)
主 菜	ブリの煮付け風	クリームシチュー	若鶏の塩だれ焼 コーングラタン	麻婆春雨	ホッケの塩焼	イカ寄せフライ 高菜入まんじゅう
副 菜1	切干煮付	ほうれん草オムレツ	白菜の煮物	野菜肉巻きフライ	大和煮	さつま芋レーズン煮
副 菜2	ポテトサラダ	生野菜サラダ	大豆サラダ	キャベツかに和え	マカロニサラダ	焼きそば
カロリー	267kcal	270kcal	342kcal	214kcal	284kcal	382kcal
たんぱく質	16.8g	9.4g	17.2g	11.5g	14.9g	7.5g
脂 質	14.7g	10.4g	20.9g	8.2g	12.2g	13.0g
塩 分	2.2g	3.5g	3.1g	2.1g	2.6g	1.6g

*材料の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

*（骨ごと）となっている魚料理は、骨ごと召し上がれるように柔らかく調理したことになります。

*残った食材については返却していただきますよう、よろしくお願い致します。

*賞味期限は午後2時までとなっておりますので、ご了承ください。

介 護 麺 定 食

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
麺	麺お休み	冷鶏の竜田揚げそば	冷きつねうどん	冷塩ラーメン	冷ピリ辛しゃぶしゃぶそば	麺休み
熱量		エネルギー482kcal たんぱく質20.9g	エネルギー380kcal たんぱく質16.9g	エネルギー285kcal たんぱく質15.3g	エネルギー375kcal たんぱく質19.7g	
塩分		脂質20.3g 塩分4.1g	脂質10.5g 塩分3.0g	脂質6.7g 塩分4.7g	脂質8.9g 塩分4.8g	
ごはん		若布としらす御飯	太巻寿司	かつおふりかけ御飯	おにぎり(梅)	
熱量		エネルギー192kcal たんぱく質3.4g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g	エネルギー198kcal たんぱく質3.8g	エネルギー190kcal たんぱく質6.8g	
塩分		脂質0.5g 塩分1.0g	脂質1.1g 塩分0.2g	脂質0.9g 塩分0.2g	脂質0.7g 塩分0.8g	
おかず		生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	
		和風ゆず醤油ドレッシング	コールスロードレッシング	ごまクリーミードレッシング	和風ゆず醤油ドレッシング	
熱量		エネルギー48kcal たんぱく質1.4g	エネルギー59kcal たんぱく質1.0g	エネルギー76kcal たんぱく質1.4g	エネルギー36kcal たんぱく質1.2g	
塩分		脂質1.8g 塩分0.5g	脂質4.7g 塩分0.7g	脂質5.1g 塩分0.3g	脂質1.6g 塩分0.9g	

※介護麺の注文は前日14：00(月曜日は前週金曜日14：00)までで締切となります。

※温かい麺は小袋のめんつゆ(希釈タイプ)に適量の熱湯をかけてお召し上がりください。

※冷たい麺のめんつゆはストレートタイプになります

(株)フードサービストーク