

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)
主菜	赤魚の生姜煮風 八幡巻き	ヒレカツ トマトソース	親子丼風煮	ハヤシライス	スチームチキン塩だれ焼 マカロニグラタン	麻婆春雨
副菜1	キャベツの煮物	じゃが芋のおかか煮	南瓜レモン煮	オムレツ	金平牛蒡	エビ入蒸ぎょうざ
副菜2	春雨サラダ	レモンペッパースパゲティ	コーンサラダ	大根サラダ	ほうれん草のナムル	かぼちゃサラダ
カロリー	272kcal	313kcal	317kcal	233kcal	251kcal	282kcal
たんぱく質	14.5g	11.4g	15.8g	11.2g	13.9g	12.9g
脂質	13.4g	11.3g	13.1g	11.1g	11.6g	12.0g
塩分	2.8g	2.2g	2.5g	3.3g	3.2g	2.3g

*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ものにします。

*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
	4月6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日
麺	冷中華(しょうゆ)	冷ピリ辛しゃぶしゃぶそば	冷鶏ささみ天うどん	冷魚介豚骨ませそば	冷厚焼玉子入りたぬきそば	麺休み
熱量	エネルギー289kcal たんぱく質15.3g	エネルギー354kcal たんぱく質19.2g	エネルギー350kcal たんぱく質17.1g	エネルギー304kcal たんぱく質16.9g	エネルギー395kcal たんぱく質15.6g	
塩分	脂質3.9g 塩分5.7g	脂質8.9g 塩分3.8g	脂質7.2g 塩分2.7g	脂質4.4g 塩分4.8g	脂質9.1g 塩分3.7g	
ごはん	おにぎり(梅)	かつおふりかけ御飯	牛ごぼう御飯	若菜と梅しそ御飯	太巻寿司	
熱量	エネルギー190kcal たんぱく質6.8g	エネルギー197kcal たんぱく質3.5g	エネルギー197kcal たんぱく質3.2g	エネルギー193kcal たんぱく質3.1g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g	
塩分	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質0.9g 塩分0.2g	脂質0.8g 塩分1.2g	脂質0.8g 塩分0.8g	脂質1.1g 塩分0.2g	
おかず	生野菜サラダ ごまクリーミードレッシング	生野菜サラダ 和風ゆず醤油ドレッシング	生野菜サラダ コールスロードレッシング	生野菜サラダ ごまクリーミードレッシング	生野菜サラダ 和風ゆず醤油ドレッシング	
熱量	エネルギー76kcal たんぱく質1.4g	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5.1g 塩分0.3g	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