

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】

	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29日(土)
主 菜	ホッケの塩焼	ハヤシライス	親子丼風煮	イカ寄せフライ 枝豆しゅうまい	若鶏の塩こうじ焼 カニグラタン	ハムカツ やさいと豆腐の たまご寄せ
副 菜1	キャベツの煮物	オムレツ	南瓜の煮物	大根かにくずあん煮	じゃが芋のカレー風 味煮	細切昆布煮
副 菜2	ひじきサラダ	生野菜サラダ	白菜ゆかり和え	ツナサラダ	おくらなめ茸和え	コーンポテトサラダ
カロリー	252kcal	236kcal	242kcal	297kcal	275kcal	314kcal
たんぱく質	14.0g	11.4g	15.9g	10.6g	14.2g	7.5g
脂 質	14.8g	11.1g	7.6g	15.5g	13.2g	19.8g
塩 分	2.6g	3.2g	2.9g	2.1g	2.5g	1.9g

*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
	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日
麺	冷ちゃんぼん麺	冷天ぷらそば	冷大豆ミートのピリ辛ジャージャーうどん	冷味噌ラーメン	冷唐揚げそば	麺休み
熱量	エネルギー301kcal たんぱく質15.0g	エネルギー427kcal たんぱく質17.6g	エネルギー351kcal たんぱく質13.0g	エネルギー380kcal たんぱく質17.9g	エネルギー412kcal たんぱく質15.8g	
塩分	脂質3.7g 塩分4.1g	脂質10.4g 塩分3.2g	脂質8.8g 塩分3.2g	脂質9.8g 塩分3.6g	脂質12.1g 塩分3.6g	
ごはん	菜飯(ごま入り)	若布と明太子御飯	かつおふりかけ御飯	おにぎり(梅)	稲荷寿司	
熱量	エネルギー194kcal たんぱく質3.1g	エネルギー189kcal たんぱく質3.0g	エネルギー197kcal たんぱく質3.5g	エネルギー191kcal たんぱく質6.7g	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g	
塩分	脂質0.7g 塩分0.9g	脂質0.5g 塩分0.5g	脂質0.9g 塩分0.2g	脂質0.7g 塩分0.6g	脂質4.6g 塩分0.4g	
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