

皿盛り スマイルケア食 【昼食メニュー】



	4月15日(月)	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)
主菜	タラの揚げ煮風	ハンバーグ トマトソース	若鶏の香草パン粉焼 カニグラタン	赤魚の味醂醤油焼	豚ロースの生姜焼	大豆ミートの挽肉 カレー
副菜1	茄子煮浸し	里芋のごま煮	じゃが芋の塩煮	大根としめじの煮物	白菜と油揚げの煮物	ハムポテトサラダ フライ
副菜2	若布の酢の物	ビーフン入中華サラダ	チンゲン菜のごま和え	コーンサラダ	春雨サラダ	大根サラダ
カロリー	278kcal	265kcal	277kcal	207kcal	293kcal	304kcal
たんぱく質	13.6g	12.4g	15.9g	12.4g	12.2g	12.2g
脂質	15.3g	11.2g	13.4g	8.8g	18.6g	14.9g
塩分	2.5g	2.4g	2.7g	2.4g	3.2g	3.2g

*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
	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	
麺	冷味噌ラーメン	冷ピリ辛しゃぶしゃぶそば	冷煎焼チキンうどん	冷中華	冷海老天そば	麺休み
熱量	エネルギー-344kcal たんぱく質16.2g	エネルギー-354kcal たんぱく質19.1g	エネルギー-334kcal たんぱく質15.8g	エネルギー-274kcal たんぱく質12.0g	エネルギー-347kcal たんぱく質15.2g	
塩分	脂質8.9g 塩分3.4g	脂質8.9g 塩分3.8g	脂質6.5g 塩分3.2g	脂質3.0g 塩分5.7g	脂質5.1g 塩分3.6g	
ごはん	菜飯	おにぎり(梅)	稲荷寿司	のり玉ふりかけ御飯	若布と高菜御飯	
熱量	エネルギー-192kcal たんぱく質3.1g	エネルギー-190kcal たんぱく質6.8g	エネルギー-212kcal たんぱく質5.1g	エネルギー-198kcal たんぱく質3.2g	エネルギー-193kcal たんぱく質3.2g	
塩分	脂質0.7g 塩分0.9g	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質4.6g 塩分0.4g	脂質1.0g 塩分0.3g	脂質0.6g 塩分0.9g	
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	生野菜サラダ	
	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	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-78kcal 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-78kcal たんぱく質1.4g	エネルギー-38kcal 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

