

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)
主菜	絹厚揚げ豆腐 黒酢あんかけ	赤魚の味噌焼	ハムベーコン クランチカツ カニグラタン	若鶏の香草マヨ焼	大豆ミートの挽肉カ レー	ハンバーグ オニオンソース
副菜1	野菜春巻	大根とさつま揚げの煮物	白菜の中華旨煮	じゃが芋の塩煮	オムレツ	たけのこの煮物
副菜2	棒棒鶏サラダ	キャベツのお浸し	おくらだしつゆ和え	梅じそスパゲティ	大根サラダ	ほうれん草ごま和え
カロリー	280kcal	202kcal	279kcal	355kcal	242kcal	296kcal
たんぱく質	7.8g	12.0g	9.4g	18.6g	10.3g	14.9g
脂質	13.0g	2.8g	15.2g	22.2g	11.0g	15.4g
塩分	2.3g	2.3g	2.7g	2.7g	3.3g	4.0g

*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
	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日
麺	麺お休み	温わかめきのこそば	温月見きつねうどん	温担々麺	温鶏ささみ天そば	麺休み
熱量		エネルギー-383kcal たんぱく質13.4g	エネルギー-417kcal たんぱく質19.7g	エネルギー-393kcal たんぱく質18.1g	エネルギー-378kcal たんぱく質21.0g	
塩分		脂質7.6g 塩分7.5g	脂質12.3g 塩分6.4g	脂質14.4g 塩分5.8g	脂質7.5g 塩分7.0g	
ごはん		稲荷寿司	おにぎり(梅)	もち麦御飯	五目御飯	
熱量		エネルギー-212kcal たんぱく質5.1g	エネルギー-190kcal たんぱく質6.8g	エネルギー-232kcal たんぱく質4.2g	エネルギー-207kcal たんぱく質3.9g	
塩分		脂質4.6g 塩分0.4g	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質0.6g 塩分0.0g	脂質0.6g 塩分1.0g	
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