

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	4月7日(月)	4月8日(火)	4月9日(水)	4月10日(木)	4月11日(金)	4月12日(土)
主菜	和風甘酢あんかけ肉団子	ベーコンサラダフライ カニグラタン	サバの味噌煮風(骨ごと)	麻婆茄子	ハヤシライス	若鶏の照焼
副菜1	南瓜レモン煮	大根かにくずあん煮	じゃが芋の旨煮	エビ入蒸ぎょうざ	とうもろこし入 クリーミーフライ	高野豆腐の煮物
副菜2	ツナスパゲティ	キャベツのお浸し	おくらなめ茸和え	ほうれん草おかか和え	大根サラダ	マカロニサラダ
カロリー	335kcal	270kcal	318kcal	311kcal	339kcal	338kcal
たんぱく質	13.3g	6.9g	12.8g	13.8g	9.5g	21.2g
脂質	9.2g	14.0g	15.3g	18.1g	18.5g	21.8g
塩分	2.6g	2.7g	2.6g	2.8g	3.4g	2.2g

*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7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	
麺	冷えび入かき揚げそば	冷蒸し鶏とキムチのませ麺	冷サラダうどん	冷温玉たぬきなめこそば	冷中華	麺休み
熱量	エネルギー398kcal たんぱく質14.8g	エネルギー281kcal たんぱく質15.2g	エネルギー339kcal たんぱく質12.6g	エネルギー402kcal たんぱく質13.9g	エネルギー291kcal たんぱく質13.9g	
塩分	脂質9.1g 塩分3.1g	脂質3.0g 塩分4.0g	脂質9.9g 塩分2.8g	脂質12.3g 塩分2.7g	脂質4.2g 塩分5.9g	
ごはん	おにぎり(昆布)	のり玉ふりかけ御飯	菜飯(ごま入り)	太巻寿司	若布と鮭御飯	
熱量	エネルギー199kcal たんぱく質6.9g	エネルギー198kcal たんぱく質3.2g	エネルギー191kcal たんぱく質3.1g	エネルギー177kcal たんぱく質4.6g	エネルギー191kcal たんぱく質3.3g	
塩分	脂質0.7g 塩分0.5g	脂質1.0g 塩分0.3g	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質1.1g 塩分0.2g	脂質0.6g 塩分0.8g	
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