

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9日(土)
主菜	タラの磯辺焼	ヒレカツ	スチームチキン 野菜と豆腐の玉子寄せ 野菜あんかけ	豚ロースの生姜焼	ハヤシライス	若鶏の唐揚げ 海鮮焼売
副菜1	細切昆布煮	切干大根煮	茄子の味噌煮	じゃが芋と椎茸の煮物	プレーンオムレツ	白菜と竹輪の煮物
副菜2	生野菜マヨサラダ	筍と野沢菜のお浸し	おくらなめ茸和え	トマトバジルスパゲティ	大根サラダ	春雨サラダ
カロリー	200kcal	231kcal	283kcal	282kcal	233kcal	364kcal
たんぱく質	14.2g	9.0g	13.5g	13.4g	11.2g	9.3g
脂質	7.4g	9.4g	17.4g	11.2g	11.1g	21.5g
塩分	2.2g	2.9g	2.6g	2.9g	3.3g	2.6g

*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
	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日
麺	麺休み			まぜそば	冷大豆ミートの温玉キムチそば	麺休み
熱量				エネルギー-379kcal たんぱく質14.3g	エネルギー-335kcal たんぱく質19.5g	
塩分				脂質12.4g 塩分3.5g	脂質6.5g 塩分3.2g	
ごはん				かおり御飯	おにぎり(昆布)	
熱量				エネルギー-190kcal たんぱく質2.9g	エネルギー-199kcal たんぱく質6.9g	
塩分				脂質0.4g 塩分0.9g	脂質0.7g 塩分0.5g	
おかず	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	
熱量				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1.6g 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