

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	5月16日(月)	5月17日(火)	5月18日(水)	5月19日(木)	5月20日(金)	5月21日(土)
主菜	豚口ース生姜焼	ポークカレー	サバの煮付風 (骨ごと)	チキンカツ オーロラソースかけ	牛肉の玉子とじ煮	サーモンのムニエル
副菜1	高野豆腐の煮物	南瓜コロッケ	大根かにくずあん煮	茄子の煮浸し	焼売	じゃが芋のそぼろ煮
副菜2	若布の酢の物	生野菜サラダ	コーンサラダ	白菜の中華和え	菜の花のごま和え	大豆のサラダ
カロリー	252kcal	397kcal	311kcal	432kcal	250kcal	364kcal
たんぱく質	16.3g	12.9g	13.5g	12.0g	14.3g	18.8g
脂質	13.0g	20.4g	21.8g	30.5g	12.8g	21.0g
塩分	2.9g	3.1g	2.1g	3.2g	2.3g	2.4g

*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、骨ごと召し上がられるように柔らかく調理した物になります。

*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【冷】



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	麺休み
種	冷天ぷらうどん	冷中華(醤油)	冷鴨南蛮そば	冷明太高菜蓋玉うどん	冷ピリ辛ませそば	
熱量	エネルギー415kcal たんぱく質11.6g	エネルギー404kcal たんぱく質16.0g	エネルギー308kcal たんぱく質15.9g	エネルギー312kcal たんぱく質13.5g	エネルギー440kcal たんぱく質16.7g	
塩分	脂質8.6g 塩分3.6g	脂質6.4g 塩分6.0g	脂質3.4g 塩分4.0g	脂質6.1g 塩分3.0g	脂質13.8g 塩分4.2g	
ごはん	稲荷寿司	菜飯	かき揚げ丼	若布と明太子御飯	おにぎり(梅ひじき)	
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3.1g	エネルギー253kcal たんぱく質4.2g	エネルギー175kcal たんぱく質3.0g	エネルギー195kcal たんぱく質6.9g	
塩分	脂質4.6g 塩分0.4g	脂質0.4g 塩分1.3g	脂質3.5g 塩分0.5g	脂質0.6g 塩分0.8g	脂質0.8g 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	揚げようざ 千切りキャベツ	手作りかき揚げ 銀タラ蒸エル	コーンサラダ 野菜肉巻塩だれ焼	若布コールスローサラダ コーンしゅうまい	
熱量	エネルギー76kcal たんぱく質1.7g	エネルギー121kcal たんぱく質3.4g	エネルギー108kcal たんぱく質5.2g	エネルギー179kcal たんぱく質4.0g	エネルギー109kcal たんぱく質2.8g	
塩分	脂質5.1g 塩分0.6g	脂質8.5g 塩分0.3g	脂質6.5g 塩分0.9g	脂質12.4g 塩分1.1g	脂質6.5g 塩分0.9g	

※介護麺の注文は前日14:00までで締切となります。

※冷たい麺つゆはストレートタイプになります。

