

皿盛り スマイルケア食 【昼食メニュー】



	2月9日(月)	2月10日(火)	2月11日(水)	2月12日(木)	2月13日(金)	2月14日(土)
主菜	ハヤシライス	アジの西京焼	親子丼風煮	サーモンマヨフライ	若鶏の磯辺焼 ミートマカロニグラ タン	豚ロースの生姜焼
副菜1	オムレツ	キャベツの煮物	かき揚げ	高野豆腐の煮物	じゃが芋と椎茸の煮 物	金平牛蒡
副菜2	生野菜サラダ	紅白なます	コーンサラダ	焼きそば	ほうれん草のおかか 和え	ひじきサラダ
カロリー	250kcal	200kcal	306kcal	322kcal	274kcal	305kcal
たんぱく質	10.3g	13.7g	14.5g	10.7g	17.0g	12.4g
脂質	13.2g	5.1g	18.0g	16.7g	11.5g	20.7g
塩分	3.2g	1.7g	2.9g	1.8g	3.1g	3.3g

*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、骨ごと召し上がるよう柔らかく調理したものになります。

*残った食材については返却していただきますよう、よろしくお願ひ致します。

*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9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日
麺	温醤油ラーメン	温唐揚げそば		温コーンラーメン	温鴨南蛮そば	
熱量	エネルギー303kcal たんぱく質14.2g	エネルギー415kcal たんぱく質19.3g		エネルギー323kcal たんぱく質17.1g	エネルギー444kcal たんぱく質16.9g	
塩分	脂質7.7g 塩分6.7g	脂質11.0g 塩分6.9g		脂質6.7g 塩分8.0g	脂質12.7g 塩分7.2g	
ごはん	若布と鮭御飯	おにぎり(梅)		たけのこ御飯	稻荷寿司	麺休み
熱量	エネルギー197kcal たんぱく質3.6g	エネルギー190kcal たんぱく質6.8g		エネルギー218kcal たんぱく質4.9g	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g	
塩分	脂質0.8g 塩分1.1g	脂質0.7g 塩分0.8g		脂質0.9g 塩分1.5g	脂質4.6g 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	生野菜サラダ 和風ゆず醤油ドレッシング		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(希釀タイプ)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)フードサービスストーワ