

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	6月30日(月)	7月1日(火)	7月2日(水)	7月3日(木)	7月4日(金)	7月5日(土)
主菜	ハンバーグ トマトソース	味噌カツ	麻婆茄子	若鶏の照焼 ミートマカロニグラ タン	アジの塩焼 だし巻玉子	ハヤシライス
副菜1	白菜と竹輪の煮物	肉じゃが煮	手作り玉子焼(カニ)	高野豆腐の煮物	キャベツの煮物	きのこのバター風味 醤油オムレツ
副菜2	春雨サラダ	もやしごま酢和え	白菜の中華和え	おくらなめ茸和え	ひじきサラダ	大根サラダ
カロリー	341kcal	279kcal	321kcal	284kcal	297kcal	258kcal
たんぱく質	12.4g	12.4g	12.3g	19.1g	14.1g	9.7g
脂質	18.9g	9.5g	21.2g	14.4g	18.1g	12.6g
塩分	3.7g	2.4g	3.0g	3.2g	2.6g	3.5g

*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
	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	6月28日
麺	冷山菜とろろそば	冷塩ラーメン	冷たぬききつねうどん	冷干しエビときざみ海苔のおろしそば	冷まぜそば	麺休み
熱量	エネルギー297kcal たんぱく質11.6g	エネルギー282kcal たんぱく質12.2g	エネルギー476kcal たんぱく質16.7g	エネルギー266kcal たんぱく質13.7g	エネルギー359kcal たんぱく質13.5g	
塩分	脂質1.4g 塩分4.5g	脂質5.9g 塩分5.1g	脂質16.6g 塩分2.9g	脂質1.4g 塩分3.0g	脂質11.9g 塩分3.2g	
ごはん	稲荷寿司	若布としらす御飯	若菜と梅しそ御飯	若布コーン御飯	おにぎり(昆布)	
熱量	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g	エネルギー192kcal たんぱく質3.4g	エネルギー190kcal たんぱく質6.8g	エネルギー196kcal たんぱく質3.1g	エネルギー199kcal たんぱく質6.9g	
塩分	脂質4.6g 塩分0.4g	脂質0.5g 塩分1.0g	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質0.5g 塩分0.8g	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	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