

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】

	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)	8月8日(土)
主 菜	ブリの蒲焼	ハムサンドフライ ツナグラタン	ハンバーグ デミソースかけ	若鶏の塩こうじ唐揚	トマトクリームシチュー	カレイの天ぷら 揚げ煮のたれかけ
副 菜1	ひじきの煮物	大根としめじの煮物	白菜の煮物	じゃが芋の煮物	ほうれん草オムレツ	五目金平煮
副 菜2	春雨の酢の物	若布のナムル	ねぎ塩スパゲティ	オクラ生姜醤油和え	生野菜サラダ	シェルマカロニサラダ
カロリー	254kcal	265kcal	280kcal	312kcal	251kcal	325kcal
たんぱく質	15.4g	7.7g	12.5g	13.2g	8.2g	11.4g
脂 質	11.7g	12.1g	12.0g	17.9g	10.1g	18.0g
塩 分	2.5g	2.9g	2.6g	2.2g	2.8g	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ことになります。

*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

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日
麺	冷海老天そば	冷魚介豚骨ませそば	冷きつねうどん	冷なめ茸オクラそば	冷中華(しょうゆ)	麺休み
熱量	エネルギー348kcal たんぱく質15.4g	エネルギー332kcal たんぱく質18.3g	エネルギー390kcal たんぱく質16.3g	エネルギー344kcal たんぱく質12.2g	エネルギー321kcal たんぱく質19.5g	
塩分	脂質5.1g 塩分3.3g	脂質4.5g 塩分5.1g	脂質10.5g 塩分3.2g	脂質6.0g 塩分3.9g	脂質3.0g 塩分5.8g	
ごはん	稲荷寿司	のり玉ふりかけ御飯	おにぎり(梅)	五目寿司	若布としらす御飯	
熱量	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g	エネルギー198kcal たんぱく質3.2g	エネルギー191kcal たんぱく質6.7g	エネルギー198kcal たんぱく質3.3g	エネルギー192kcal たんぱく質3.4g	
塩分	脂質4.6g 塩分0.4g	脂質1.0g 塩分0.3g	脂質0.7g 塩分0.6g	脂質0.5g 塩分1.3g	脂質0.6g 塩分1.0g	
おかず	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	生野菜サラダ	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	コールスロードレッシング	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