

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



|       | 8月25日(月)          | 8月26日(火)   | 8月27日(水)          | 8月28日(木)           | 8月29日(金) | 8月30日(土)       |
|-------|-------------------|------------|-------------------|--------------------|----------|----------------|
| 主 菜   | ハンバーグ<br>トマトソースかけ | 麻婆茄子       | 若鶏の照焼<br>じゃが芋のマヨ焼 | ハヤシライス             | アジの塩焼    | ヒレカツ<br>大根卸しあん |
| 副 菜1  | キャベツの煮物           | 手作り玉子焼（カニ） | 白菜と竹輪の煮物          | きのこバター風味醬<br>油オムレツ | 肉じゃが煮    | 高野豆腐の煮物        |
| 副 菜2  | おくらなめ茸和え          | 春雨サラダ      | 紅白なます             | 生野菜サラダ             | ひじきサラダ   | 梅じそスパゲティ       |
| カロリー  | 295kcal           | 404kcal    | 384kcal           | 257kcal            | 319kcal  | 288kcal        |
| たんぱく質 | 12.9g             | 11.7g      | 14.4g             | 9.8g               | 16.1g    | 14.0g          |
| 脂 質   | 12.0g             | 29.0g      | 22.9g             | 12.6g              | 18.3g    | 12.2g          |
| 塩 分   | 3.1g              | 3.2g       | 3.0g              | 3.5g               | 2.7g     | 2.7g           |

\*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 麵 定 食



|     | 月曜日                     | 火曜日                     | 水曜日                    | 木曜日                     | 金曜日                     | 土曜日   |
|-----|-------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------|-------|
|     | 8月25日                   | 8月26日                   | 8月27日                  | 8月28日                   | 8月29日                   | 8月30日 |
| 麵   | 冷鴨南蛮そば                  | 冷大豆ミートのピリ辛ジャージャー麵       | 冷山菜たぬきうどん              | 冷エビ天そば                  | 冷味噌ラーメン                 | 麵休み   |
| 熱量  | エネルギー423kcal たんぱく質14.8g | エネルギー328kcal たんぱく質16.5g | エネルギー373kcal たんぱく質8.2g | エネルギー347kcal たんぱく質15.2g | エネルギー340kcal たんぱく質16.1g |       |
| 塩分  | 脂質12.6g 塩分3.7g          | 脂質8.7g 塩分3.6g           | 脂質7.3g 塩分3.7g          | 脂質5.1g 塩分3.6g           | 脂質8.9g 塩分3.4g           |       |
| ごはん | おにぎり(昆布)                | 若布御飯                    | 若菜と梅しそ御飯               | 太巻寿司                    | かつおふりかけ御飯               |       |
| 熱量  | エネルギー199kcal たんぱく質6.9g  | エネルギー191kcal たんぱく質3.1g  | エネルギー192kcal たんぱく質3.1g | エネルギー178kcal たんぱく質4.6g  | エネルギー198kcal たんぱく質3.8g  |       |
| 塩分  | 脂質0.7g 塩分0.5g           | 脂質0.7g 塩分1.1g           | 脂質0.7g 塩分0.8g          | 脂質1.1g 塩分0.2g           | 脂質0.9g 塩分0.2g           |       |
| 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           |       |

※介護麵の注文は前日14：00(月曜日は前週金曜日14：00)までで締切となります。

※温かい麵は小袋のめんつゆ(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。

※冷たい麵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