

皿盛り スマイルケア食 【昼食メニュー】



	2月2日(月)	2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)	2月7日(土)
主菜	チーズinハンバーグ デミソース	イワシの蒲焼 だし巻玉子	塩レモンチキンカツ じゃが芋の香草マヨ 焼	ポークカレー	サバの味噌焼	豚肉の卵とじ煮
副菜1	たけのこの金平風煮	五目大豆煮	白菜としめじの煮物	ほうれん草オムレツ	うの花炒り煮	マカロニサラダ
副菜2	ねぎ塩スパゲティ	もやしごま酢和え	焼ビーフン	生野菜サラダ	ベーコンサラダ	ジャーマンポテトフライ
カロリー	264kcal	284kcal	399kcal	263kcal	383kcal	405kcal
たんぱく質	12.1g	19.4g	9.7g	11.3g	17.7g	19.0g
脂質	11.3g	9.9g	23.3g	13.4g	28.8g	22.2g
塩分	2.6g	2.7g	2.8g	3.5g	2.0g	3.0g

*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2日	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日
麺	温肉そば	温とんこつラーメン	温えび天うどん	温山菜たぬきそば	温ちゃんぽん麺	
熱量	エネルギー345kcal たんぱく質19.8g	エネルギー317kcal たんぱく質13.9g	エネルギー344kcal たんぱく質12.3g	エネルギー404kcal たんぱく質13.6g	エネルギー272kcal たんぱく質15.4g	
塩分	脂質4.4g 塩分7.2g	脂質10.3g 塩分6.5g	脂質4.8g 塩分6.2g	脂質7.7g 塩分8.4g	脂質3.5g 塩分4.4g	
ごはん	若布と高菜御飯	のり玉ふりかけ御飯	太巻寿司	鶏飯	おにぎり(昆布)	麺休み
熱量	エネルギー193kcal たんぱく質3.2g	エネルギー198kcal たんぱく質3.2g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g	エネルギー225kcal たんぱく質5.2g	エネルギー199kcal たんぱく質6.9g	
塩分	脂質0.6g 塩分0.9g	脂質1.0g 塩分0.3g	脂質1.1g 塩分0.2g	脂質1.4g 塩分1.5g	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 コールスロードレッシング	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