

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)
主菜	大豆ミートの挽肉カレー	豚口一スの蒲焼	大葉入チキンカツ ミートマカロニグラタン	赤魚の照焼	豚肉の卵とじ煮	若鶏の金山寺味噌焼
副菜1	生野菜サラダ	たけのこの金平風煮	牛蒡の煮物	じゃが芋のそぼろ煮	手作りかき揚げ	大根と竹輪の煮物
副菜2	オムレツ	大豆サラダ	もやしごま酢和え	キャベツかに和え	ツナサラダ	たらこスパゲティ
カロリー	231kcal	267kcal	239kcal	210kcal	331kcal	264kcal
たんぱく質	10.7g	15.0g	9.2g	14.3g	18.8g	17.7g
脂質	9.3g	16.8g	9.5g	4.8g	19.2g	14.2g
塩分	3.5g	2.3g	2.2g	2.1g	3.1g	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
	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日
麺	冷海老天そば	冷塩ラーメン	冷温玉担々うどん	冷鴨そば	冷中華(ごまだれ)	麺休み
熱量	エネルギー348kcal たんぱく質15.4g	エネルギー285kcal たんぱく質17.4g	エネルギー442kcal たんぱく質18.7g	エネルギー405kcal たんぱく質14.1g	エネルギー326kcal たんぱく質14.2g	
塩分	脂質5.1g 塩分3.3g	脂質4.4g 塩分4.7g	脂質14.9g 塩分4.3g	脂質12.6g 塩分3.1g	脂質4.7g 塩分4.5g	
ごはん	稲荷寿司	ゆかり御飯	もち麦御飯	おにぎり(梅)	若布御飯(ごま入り)	
熱量	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g	エネルギー189kcal たんぱく質2.9g	エネルギー187kcal 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188kcal たんぱく質2.9g	
塩分	脂質4.6g 塩分0.4g	脂質0.4g 塩分1.0g	脂質0.5g 塩分0.0g	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質0.4g 塩分1.1g	
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