

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	8月9日(金)	8月10日(土)
主菜	大豆ミートの挽肉カレー	若鶏の味噌焼	ぶりの蒲焼	豚肉の照り炒め	塩レモンチキンカツ ミートマカロニグラタン	麻婆白菜
副菜1	野菜肉巻きフライ	茄子煮浸し	じゃが芋の煮物	玉子豆腐	里芋の味噌煮	一口棒ぎょうざ
副菜2	生野菜サラダ	マカロニサラダ	コーンサラダ	若布と花麩の酢の物	おくらなめ苺和え	青のり入ポテトサラダ
カロリー	268kcal	373kcal	324kcal	201kcal	269kcal	209kcal
たんぱく質	13.9g	17.7g	16.2g	13.8g	10.3g	8.5g
脂質	11.1g	27.6g	16.2g	6.3g	8.6g	8.4g
塩分	2.7g	2.8g	2.1g	2.6g	2.6g	2.0g

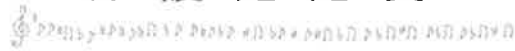
*材料の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

*（骨ごと）となっている魚料理は、骨ごと召し上がら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
	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	
麺	冷味噌ラーメン	冷エビ磯辺天そば	冷温玉担々うどん	冷中華(ごま)	冷ピリ辛しゃぶしゃぶそば	
熱量	エネルギー-340kcal たんぱく質18.1g	エネルギー-319kcal たんぱく質14.0g	エネルギー-426kcal たんぱく質18.3g	エネルギー-323kcal たんぱく質16.8g	エネルギー-358kcal たんぱく質19.5g	
塩分	脂質8.9g 塩分3.4g	脂質6.4g 塩分3.2g	脂質14.8g 塩分4.3g	脂質5.6g 塩分4.6g	脂質8.9g 塩分3.6g	
ごはん	ゆかり御飯	若布と明太子御飯	かつおふりかけ御飯	おにぎり(梅)	稲荷寿司	麺休み
熱量	エネルギー-189kcal たんぱく質2.9g	エネルギー-193kcal たんぱく質3.3g	エネルギー-198kcal たんぱく質3.8g	エネルギー-190kcal たんぱく質6.8g	エネルギー-212kcal たんぱく質5.1g	
塩分	脂質0.4g 塩分0.9g	脂質0.7g 塩分1.0g	脂質0.9g 塩分0.2g	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質4.6g 塩分0.4g	
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	
	ごまクリームドレッシング	和風ゆず醤油ドレッシング	コールスロドレッシング	ごまクリームドレッシング	和風ゆず醤油ドレッシング	
熱量	エネルギー-78kcal 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-78kcal たんぱく質1.4g	エネルギー-38kcal 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1.8g 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