

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】

	9月15日(月)	9月16日(火)	9月17日(水)	9月18日(木)	9月19日(金)	9月20日(土)
主 菜	エビ天 鶏天 おくら天	あぶり焼チキン 筍しゅうまい	大豆ミートの挽肉カ レー	甘酢あん棒肉団子 コーングラタン	ホッケの塩焼	チーズinハンバーグ デミソース
副 菜1	キャベツとしめじの煮物	じゃが芋コンソメ煮	生野菜サラダ	茄子の煮物	牛蒡の煮物	里芋の煮物
副 菜2	春雨中華酢	レモンペッパースパゲティ	野菜肉巻きフライ	白菜のお浸し	ベーコンサラダ	キャベツと若布のドレサラダ
カロリー	339kcal	275kcal	284kcal	299kcal	206kcal	308kcal
たんぱく質	13.5g	12.5g	11.9g	8.7g	14.2g	12.7g
脂 質	15.8g	10.7g	13.4g	16.9g	11.1g	12.5g
塩 分	2.6g	2.0g	3.2g	3.0g	2.1g	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
	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
麺	麺お休み	冷山菜なめこそば	冷照焼チキンうどん	冷まぜそば	冷鴨そば	麺休み
熱量		エネルギー279kcal たんぱく質11.1g	エネルギー325kcal たんぱく質15.4g	エネルギー359kcal たんぱく質13.5g	エネルギー423kcal たんぱく質14.8g	
塩分		脂質1.3g 塩分4.7g	脂質6.5g 塩分3.5g	脂質11.9g 塩分3.2g	脂質12.6g 塩分3.7g	
ごはん		おにぎり(梅)	かつおふりかけ御飯	若布と高菜御飯	太巻寿司	
熱量		エネルギー190kcal たんぱく質6.8g	エネルギー198kcal たんぱく質3.8g	エネルギー193kcal たんぱく質3.2g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g	
塩分		脂質0.7g 塩分0.8g	脂質0.9g 塩分0.2g	脂質0.6g 塩分0.9g	脂質1.1g 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	
		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