



## 予定献立表

長谷川病院 デイケアセンター

| 月                                                                                  | 火                                                                              | 水                                                                           | 木                                                                                 | 金                                                                               | 土                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                    |                                                                                |                                                                             |                                                                                   | 1日<br>★心を込めて包みます<br>米飯<br>赤魚の塩麹ホイル焼き<br>薬膳冷ややっこ<br>秋野菜の炊き合わせ<br>すまし汁            | 2日<br>★和風♪パスタ登場<br>★<br>パスタと葱の和風パスタ<br>空豆とトマトのグリッサダ<br>かぼちゃポタージュ<br>牛乳寒天とフルーツ           |
|                                                                                    |                                                                                |                                                                             |                                                                                   | ブルーベリークレープ                                                                      | オレンジシャーベット                                                                              |
|                                                                                    |                                                                                |                                                                             |                                                                                   | エネルギー：870kcal<br>タンパク質：38.5g                                                    | エネルギー：874kcal<br>タンパク質：23.8g                                                            |
| 4日<br>★世界のランチ★<br>台湾の味♪ルル風<br>たたき胡瓜のナムル<br>なすのそぼろ煮<br>中華街の卵スープ<br>にんじんゼリー          | 5日<br>★長谷川オリジナル★<br>ライス<br>長谷川風アクアパッツァ<br>おさつハニーサラダ<br>茄子の中華浸し<br>かぶのスープ<br>果物 | 6日<br>★健康ごはん。★<br>健康ナムルご飯<br>BANBANやっこ♪<br>大根とかにのサラダ<br>中華スープ<br>果物         | 7日<br>★秋の味覚登場♪★<br>きのこごはん<br>鶏肉の山椒焼き<br>揚げなすのさっぱり和<br>10品目サラダ<br>清まし汁<br>果物       | 8日<br>★やさしい辛まろメニ<br>豆乳の豚キムチうどん<br>大豆となすのごま和え<br>おさつサラダ<br>果物                    | 9日<br>★洋食レストラン♪<br>★<br>2種のパン<br>イタリアンハンバーグ<br>ハムと野菜のマリネ<br>わかめサラダ<br>ジュリエンスープ<br>一口おはぎ |
| かぼちゃチーズケーキ                                                                         | 濃厚プリン                                                                          | マーブル蒸しパン                                                                    | 黒糖フークレエ                                                                           | 焼きドーナッツ                                                                         |                                                                                         |
| エネルギー：862kcal<br>タンパク質：30.6g                                                       | エネルギー：868kcal<br>タンパク質：32.9g                                                   | エネルギー：887kcal<br>タンパク質：32.5g                                                | エネルギー：848kcal<br>タンパク質：30.7g                                                      | エネルギー：880kcal<br>タンパク質：35g                                                      | エネルギー：860kcal<br>タンパク質：31.4g                                                            |
| 11日<br>★アジアンビューティ<br>ナシゴレン<br>大根のピリ辛ナムル<br>白菜としめじのスープ<br>マンゴー♪                     | 12日<br>★秋の味覚メニュー★<br>栗ごはん<br>秋鮭のホイル焼き<br>切干大根の胡麻和え<br>けんちん汁<br>果物              | 13日<br>★たっぷり旨葱リース★<br>ご飯<br>鶏肉の旨塩焼き葱リース<br>ごぼうの梅きんぴら<br>わかめと舞茸のスープ<br>果物    | 14日<br>★お魚洋食ランチ★<br>ライス<br>カレイのグリルカレー風味焼き<br>トマトとアボカドのサラダ<br>野菜の卵としめじのスープ<br>フルーツ | 15日<br>★黒酢でヘルシー♪<br>★<br>ご飯<br>彩り野菜のごちそう酢<br>小松菜のくるみ和え<br>みそ汁<br>果物             | 16日<br>★カラフルメニュー★<br>★<br>ライス<br>サワラのピカタ<br>ラタトゥイユ添え<br>ケーキサレ<br>ジュリエンスープ<br>フルーツ       |
| ワッフル                                                                               | キラキラれもんプリン                                                                     | もみじまんじゅう                                                                    | パッ・オ・ショウ                                                                          | 安納芋のパルフェ                                                                        | りんごのタルト                                                                                 |
| エネルギー：839kcal<br>タンパク質：24.9g                                                       | エネルギー：880kcal<br>タンパク質：36g                                                     | エネルギー：846kcal<br>タンパク質：27.1g                                                | エネルギー：836kcal<br>タンパク質：35.2g                                                      | エネルギー：861kcal<br>タンパク質：23.5g                                                    | エネルギー：868kcal<br>タンパク質：33.1g                                                            |
|  | 19日<br>★敬老の日御膳★<br>赤飯<br>季節の天ぷら盛合わせ<br>春菊のごま和え<br>お吸い物<br>抹茶ぶりん                | 20日<br>★秋の行楽御膳★<br>さつま芋ご飯<br>揚げ出し豆腐野菜あん<br>かにかまと大根サラダ<br>具たくさん豚汁<br>果物      | 21日<br>★木の子たっぷり★<br>ご飯<br>鮭のきのこクリームソース<br>いんげんソテー<br>彩り野菜のマリネ<br>揚げ野菜のスープ<br>フルーツ | 22日<br>★アニョハセヨ～♪<br>★<br>麦ごはん<br>ぶりの韓国風煮魚<br>もやしの梅マヨ和え<br>酸辣湯はるさめスープ<br>はちみつゼリー |    |
|                                                                                    | きんとんパイ                                                                         | 小豆と酒粕2層のプリン                                                                 | 爽やか♪ぶどう杏仁                                                                         | おはぎ                                                                             |                                                                                         |
| エネルギー：0kcal<br>タンパク質：0g                                                            | エネルギー：848kcal<br>タンパク質：25.8g                                                   | エネルギー：894kcal<br>タンパク質：23g                                                  | エネルギー：804kcal<br>タンパク質：32.8g                                                      | エネルギー：898kcal<br>タンパク質：29.7g                                                    |                                                                                         |
| 25日<br>★秋の温泉和み御膳★<br>★<br>茸ご飯 野菜巻き<br>白身魚のしんじょう<br>真鯛のインペリアル<br>豚ヒレステーキ            | 26日<br>★焼きそばの日★<br>★<br>海鮮塩焼きそば<br>なすのそぼろ煮<br>かに卵スープ<br>マチェドニア                 | 27日<br>★ほっとひと息…★<br>★<br>さばの塩焼き<br>やさしい味のいも煮<br>小松菜のおかか和え<br>みそ汁<br>季節のくだもの | 28日<br>★チーズがとろ～り★<br>★<br>チーズ in ナカレーピラフ<br>スイートサラダ<br>キャベツとパスタのスープ<br>季節のフルーツ    | 29日<br>★秋の和定食★<br>★<br>大根の炊き込みご飯<br>秋鮭の塩麹焼き<br>蟹と胡瓜土佐酢ジュレ<br>すまし汁<br>ふじりんごゼリー   | 30日<br>★秋の温泉和み御膳★<br>★<br>茸ご飯 野菜巻き<br>白身魚のしんじょう<br>真鯛のインペリアル<br>豚ヒレステーキ                 |
| 豆腐プリン信玄風                                                                           | とろけるからいすていホッペ                                                                  | 大人のアールグレイプリン                                                                | 焼きドーナッツ                                                                           | お米のタルト                                                                          | 豆腐プリン信玄風                                                                                |
| エネルギー：748kcal<br>タンパク質：39g                                                         | エネルギー：766kcal<br>タンパク質：29.7g                                                   | エネルギー：861kcal<br>タンパク質：34.2g                                                | エネルギー：893kcal<br>タンパク質：21.7g                                                      | エネルギー：723kcal<br>タンパク質：33.3g                                                    | エネルギー：748kcal<br>タンパク質：39g                                                              |