



長谷川病院デイケアセンター献立表

月	火	水	木	金	土
28日	29日	30日	1日	2日	3日
			みつばの菜飯 はがつおの照り焼き かぼちゃ饅頭和風あん 根菜のみそ汁 果物	ごはん 豚肉のソテー〜味噌ソース〜 ブロッコリーとアスパラ とろとろ和カス〜 果物	ごはん ホキのカレー揚げ 大根と浅利のゆず風味 アスパラじゃがソテー みそ汁
			十五夜羊羹	抹茶どら焼き	きなこのパンケーキ
			I総計 - 742kcal たんぱく質 27.8g 食物繊維総量 10.2g 食塩相当量 3.1g	I総計 - 749kcal たんぱく質 25.5g 食物繊維総量 7.3g 食塩相当量 2.2g	I総計 - 751kcal たんぱく質 23.9g 食物繊維総量 5.9g 食塩相当量 2.4g
5日	6日	7日	8日	9日	10日
ごはん 鮭とチーズ入り豆腐のソテー きのこのバターソテー トマトと卵のスープ ワイン寒とフルーツ	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ かに卵スープ 果物	長崎ちゃんぽん ほうれん草の柚子和え さつまいものレモン煮	ごはん 豚肉のしょうが焼き 人参しりしり とろろ芋 すまし汁	3種のパン ビーフストロガノフ 野菜サラダ フルーツ	もち麦ごはん 銀だらもろみ焼き 揚げ茄子とろみあん 豚汁 果物
ほうじ茶ロール	ドームケーキ	たいやき	かぼちゃ蒸しパン	ストロベリーカスタードタルト	抹茶のケーキ
I総計 - 779kcal たんぱく質 24.4g 食物繊維総量 8.6g 食塩相当量 2.4g	I総計 - 746kcal たんぱく質 23.9g 食物繊維総量 3.4g 食塩相当量 2.2g	I総計 - 742kcal たんぱく質 31.7g 食物繊維総量 10.3g 食塩相当量 2.3g	I総計 - 747kcal たんぱく質 27.2g 食物繊維総量 5.7g 食塩相当量 3.4g	I総計 - 751kcal たんぱく質 24.0g 食物繊維総量 5.2g 食塩相当量 2.1g	I総計 - 752kcal たんぱく質 21.9g 食物繊維総量 6.7g 食塩相当量 1.6g
12日	13日	14日	15日	16日	17日
ごはん 鯖の味噌煮 南瓜のいとこ煮 きのこのゆず蒸し すまし汁	きつねうどん 山芋の短冊揚げ 焼きりんご	ごはん 揚げいりんごソースかけ 花野菜のガーリック たらもサラダ トマトイチャスープ	ごはん チキンカレー コールスローサラダ きのこのソテー りんごヨーグルト	麦ごはん 鯖のみそ焼き ひじきの白和え けんちん汁 果物	大根の炊き込みご飯 揚げし豆腐野菜あん 白菜とかぼちゃの甘酢漬け みそ汁 ワイン寒とフルーツ
抹茶ワッフル	今川焼き	コーヒー蒸しケーキ	マロンワッフル	よもぎ大福	焼きプリンタルト
I総計 - 726kcal たんぱく質 23.1g 食物繊維総量 9.8g 食塩相当量 2.9g	I総計 - 749kcal たんぱく質 17.2g 食物繊維総量 7.0g 食塩相当量 6.1g	I総計 - 757kcal たんぱく質 29.3g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 2.5g	I総計 - 732kcal たんぱく質 22.0g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 3.1g	I総計 - 745kcal たんぱく質 30.2g 食物繊維総量 8.5g 食塩相当量 2.7g	I総計 - 740kcal たんぱく質 18.4g 食物繊維総量 6.1g 食塩相当量 2.9g
19日	20日	21日	22日	23日	24日
かき揚げそば かぶの塩昆布焼き にんじんゼリー	ごはん サモと彩り野菜ソテー えびと大根の葛煮 白菜ツナサラダ みそ汁	ごはん ハバーグきのこソースかけ もやしのカレー風味 わかめスープ はちみつパンゼリー	ごはん かひの揚げおろし煮 ブロッコリーのビーツ和え みそ汁 果物	ごはん ミラノ風カツレツ きのこのバター炒め オニオンスープ 果物	ごはん 旬の天ぷら盛合わせ ほうれん草の磯和え すまし汁 果物
カステラ	レモンタルト	黒糖まんじゅう	いちごクレープ	ほうれん草ドーナツ	芋ようかん
I総計 - 737kcal たんぱく質 27.0g 食物繊維総量 7.6g 食塩相当量 4.4g	I総計 - 760kcal たんぱく質 29.8g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 2.5g	I総計 - 754kcal たんぱく質 21.7g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 1.6g	I総計 - 751kcal たんぱく質 28.2g 食物繊維総量 7.5g 食塩相当量 2.9g	I総計 - 748kcal たんぱく質 26.5g 食物繊維総量 6.8g 食塩相当量 1.8g	I総計 - 768kcal たんぱく質 23.6g 食物繊維総量 9.1g 食塩相当量 2.5g
26日	27日	28日	29日	30日	31日
わかめごはん タラのホイル焼き 揚げだし豆腐 みそ汁 果物	ごはん 鶏の唐揚げ 人参のマリネサラダ みそ汁 フルーツ杏仁	ごはん プリのポワレ 〜焦がしバターソース〜 ブロッコリーの例アツ蒸し コーンスープ 果物	ごはん 肉じゃが 大根の酢みそ和え 春雨スープ 果物	あんかけ焼きそば もやしの中巻サラダ かき玉スープ りんごゼリー	ごはん ピザチキン じゃがバター 人参ポタージュ ハロウィンデザート
人参ケーキ	ココアワッフル	シフォンケーキ	バナナ蒸しケーキ	ミルクレープ	もみじ饅頭
I総計 - 722kcal たんぱく質 26.6g 食物繊維総量 8.3g 食塩相当量 3.2g	I総計 - 733kcal たんぱく質 28.7g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 2.2g	I総計 - 761kcal たんぱく質 24.3g 食物繊維総量 6.7g 食塩相当量 1.2g	I総計 - 752kcal たんぱく質 20.7g 食物繊維総量 7.0g 食塩相当量 2.0g	I総計 - 740kcal たんぱく質 28.4g 食物繊維総量 8.1g 食塩相当量 3.7g	I総計 - 729kcal たんぱく質 30.6g 食物繊維総量 7.5g 食塩相当量 3.0g

