



# 長谷川病院デイケアセンター献立表



月	火	水	木	金	土
31日	1日	2日	3日	4日	5日
ごはん エビカツ きのこのバターソテー 野菜のマリネ コンスープ	ごはん 煮込みハンバーグ コールスローサラダ 果物 とろとろわかずスープ	ほうとう風うどん 山芋と海老の湯葉包み 果物	麦ごはん 豚肉のしょうが焼き 小松菜のごま和え 果物 野菜たっぷり粕汁	ごはん 鯖の味噌漬け 林仙焼き ひじきと大豆の五目煮 青菜と昆布のお浸し すまし汁	
生どら焼き	マロンワッフル	たいやき	ドームケーキ	いちご蒸しパン	
I補給 - 752kcal たんぱく質 20.9g 食物繊維総量 6.4g 食塩相当量 2.4g	I補給 - 748kcal たんぱく質 23.3g 食物繊維総量 7.7g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 742kcal たんぱく質 28.0g 食物繊維総量 7.4g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 742kcal たんぱく質 25.1g 食物繊維総量 9.4g 食塩相当量 1.8g	I補給 - 753kcal たんぱく質 30.6g 食物繊維総量 7.4g 食塩相当量 2.9g	
7日	8日	9日	10日	11日	12日
ごはん たらの南蛮漬け IC入りゆず風味林仙 根菜のみそ汁 果物	ごはん チキン南蛮 れん草のごまみそ和え 果物 キャベツのスープ	さつまいもごはん 鯖の照り焼き きのこあんかけ豆腐 豚汁 果物	ごはん イタリアンハンバーグ フレンチサラダ マスカットゼリー ジュリエンスープ	★副料理長メニュー★ サーモとアヒルのロック 里芋の煮ころがし 吸い物(柚子胡椒仕立) 果物	ごはん 春雨入り白菜豚肉炒め アヒルとキャベツの 果物 卵と豆腐の生姜スープ
抹茶のケーキ	ほうじ茶ロール	よもぎ大福	カステラ	紅白まんじゅう	クリームワッフル
I補給 - 756kcal たんぱく質 28.6g 食物繊維総量 5.3g 食塩相当量 2.1g	I補給 - 745kcal たんぱく質 31.4g 食物繊維総量 8.2g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 748kcal たんぱく質 28.9g 食物繊維総量 5.9g 食塩相当量 3.1g	I補給 - 757kcal たんぱく質 26.1g 食物繊維総量 6.5g 食塩相当量 2.1g	I補給 - 787kcal たんぱく質 25.3g 食物繊維総量 9.8g 食塩相当量 2.0g	I補給 - 754kcal たんぱく質 23.9g 食物繊維総量 5.3g 食塩相当量 2.5g
14日	15日	16日	17日	18日	19日
とり南蛮そば 茄子の揚げ浸し 豆腐プリン信玄風	ごはん 揚鯖おろししょうががけ 里芋の煮物 すまし汁 果物	ごはん 弁と彩り野菜カレー かぼちゃが キャベツのスープ フルーツ	ごはん 金目鯛の煮付け 肉焼売 青菜と昆布のお浸し みそ汁	ごはん 豚肉の金山寺みそ焼き 切干大根の煮物 果物 すまし汁	タコライス フライドさといも 野菜サイコロスープ フルーツ
今川焼	2色羊羹	シフォンケーキ	和のホットケーキ	ミルクレープ	ストロベリータルト
I補給 - 724kcal たんぱく質 27.0g 食物繊維総量 8.4g 食塩相当量 3.7g	I補給 - 750kcal たんぱく質 18.5g 食物繊維総量 4.3g 食塩相当量 2.6g	I補給 - 745kcal たんぱく質 20.5g 食物繊維総量 6.5g 食塩相当量 1.8g	I補給 - 762kcal たんぱく質 31.7g 食物繊維総量 7.1g 食塩相当量 3.3g	I補給 - 757kcal たんぱく質 24.0g 食物繊維総量 5.2g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 778kcal たんぱく質 22.9g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 1.9g
21日	22日	23日	24日	25日	26日
わかめごはん 銀だらの西京焼き 野菜の炊き合わせ すまし汁 果物	ごはん やわらかお肉のすき焼き 菜の花のごま和え みそ汁 果物	ポロネーズ ブロッコリーサラダ ジュリエンスープ 果物	ごはん 揚鶏彩り野菜添え 青菜の錦糸和え なめこ汁 果物	★クリスマス★ 3種のパン ローストビーフ 冬野菜のピクルス きのこのコンソメスープ フルーツ	ごはん 豚肉と大根の煮物 栗膳冷ややっこ 春雨スープ はちみつレモンゼリー フルーツ
黒糖まんじゅう	ココアワッフル	焼きプリンタルト	いちごクレープ	チーズケーキ	人参シフォンケーキ
I補給 - 724kcal たんぱく質 22.9g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 2.6g	I補給 - 760kcal たんぱく質 28.0g 食物繊維総量 9.5g 食塩相当量 1.8g	I補給 - 744kcal たんぱく質 27.6g 食物繊維総量 7.6g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 767kcal たんぱく質 23.8g 食物繊維総量 7.2g 食塩相当量 2.1g	I補給 - 748kcal たんぱく質 18.9g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 3.5g	I補給 - 755kcal たんぱく質 24.1g 食物繊維総量 4.1g 食塩相当量 2.5g
28日	29日				
ごはん ポークカレー 海藻サラダ もやしスープ 果物	ごはん えびと卵のチリソース 中華きゅうり 野菜わかめスープ 杏仁豆腐				
レモンタルト	今川焼				
I補給 - 763kcal たんぱく質 21.0g 食物繊維総量 6.7g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 743kcal たんぱく質 28.8g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 2.6g				

