



長谷川病院デイクアセンター献立表

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
ごはん ぶりの照り焼き えび湯葉巻き みそ汁 果物	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの煮物 なめこ汁 果物	ごはん 小松菜のチャンプルー 沖縄風昆布の炒め煮 丸とトマトの生姜醤油 みそ汁	ごはん 油淋鶏(1-リッチイ) シルバーサラダ 中華スープ 果物	十五穀米 さばの西京焼き ほうれん草の磯和え 沢煮碗 果物	おかめうどん 弁治ズ 大葉巻き 抹茶水ようかん
シフォンケーキ	芋ようかん	かぼちゃ蒸しパン	もみじ饅頭	ストロベリーカタド 別ト	ドームケーキ
I補給 - 735kcal たんぱく質 33.4g 食物繊維総量 4.8g 食塩相当量 3.6g	I補給 - 690kcal たんぱく質 23.8g 食物繊維総量 7.2g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 680kcal たんぱく質 26.9g 食物繊維総量 8.5g 食塩相当量 3.4g	I補給 - 682kcal たんぱく質 25.8g 食物繊維総量 5.3g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 691kcal たんぱく質 24.3g 食物繊維総量 6.0g 食塩相当量 1.8g	I補給 - 689kcal たんぱく質 23.3g 食物繊維総量 4.2g 食塩相当量 4.0g
9日	10日	11日	12日	13日	14日
	ごはん ぶり大根 卵豆腐 ひじきの和え物 みそ汁	人参ピラフ 鶏肉のキノコクリームソース グリーンサラダ コンソメスープ 果物	冷やし中華 焼き餃子 杏仁豆腐	ごはん 赤魚のおろし竜田揚げ かぼちゃのそぼろあん なめこ汁 果物	ごはん 豚肉と白菜の炒め物 錦糸しゅうまい 春雨スープ 果物
	ミルクレープ	マロンワッフル	焼きプリンタルト	三色羊羹	和のホットケーキ
	I補給 - 701kcal たんぱく質 30.2g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 3.4g	I補給 - 659kcal たんぱく質 22.3g 食物繊維総量 4.2g 食塩相当量 3.6g	I補給 - 728kcal たんぱく質 24.7g 食物繊維総量 3.9g 食塩相当量 3.6g	I補給 - 738kcal たんぱく質 27.7g 食物繊維総量 7.9g 食塩相当量 2.3g	I補給 - 721kcal たんぱく質 24.5g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 3.1g
16日	17日	18日	19日	20日	21日
ごはん ハバグデミグ ライス 白菜のソテー コンソメスープ 果物	わかめごはん 銀だらもろみ焼き えびと里芋の葛煮 きのこのみそ汁 果物	丸とトマトのハゲティ 玉子サラダ ジュリエンスープ マスカットゼリー	ごはん タラの白雪あんかけ 丸と長芋のぬた和え すまし汁 果物	ごはん カツカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト 野菜サイコロスープ	十五穀米 鮭の塩麹漬け焼き きのこの揚げだし豆腐 もずくの酢の物 豚汁
コーヒー蒸しパン	アイスクリーム	いちごクレープ	アイスクリーム	コーヒー蒸しパン	クリームワッフル
I補給 - 691kcal たんぱく質 23.3g 食物繊維総量 6.9g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 741kcal たんぱく質 26.7g 食物繊維総量 5.2g 食塩相当量 3.6g	I補給 - 694kcal たんぱく質 18.6g 食物繊維総量 7.0g 食塩相当量 2.3g	I補給 - 726kcal たんぱく質 26.4g 食物繊維総量 4.9g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 729kcal たんぱく質 17.4g 食物繊維総量 5.8g 食塩相当量 3.6g	I補給 - 650kcal たんぱく質 31.4g 食物繊維総量 6.2g 食塩相当量 2.7g
23日	24日	25日	26日	27日	28日
ごはん 赤魚の煮付け 玉子ときくらげ炒め もやしの梅しそ和え みそ汁	ビビンバ丼 長いもと海老の葛煮 もずくスープ 果物	ごはん 鶏肉のレモン漬け 小松菜の柚子胡椒和え みそ汁 果物	3種のパン 金目鯛のダブルソース 人参のマリネサラダ カブアボカドージュ はちみつレモンゼリー	ごはん 黒酢酢豚 もやしの彩りナムル 中華スープ 果物	ごはん タンドリーチキン 豆とひじきのサラダ きのこのソテー キャロットゼリー
黒糖まんじゅう	レア抹茶ケーキ	仔羊ソテー	おはぎ	ロールケーキ	ほうれん草ドーナツ
I補給 - 712kcal たんぱく質 28.9g 食物繊維総量 6.5g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 675kcal たんぱく質 25.0g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 2.3g	I補給 - 717kcal たんぱく質 24.1g 食物繊維総量 6.1g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 726kcal たんぱく質 24.9g 食物繊維総量 6.0g 食塩相当量 2.7g	I補給 - 719kcal たんぱく質 25.2g 食物繊維総量 4.9g 食塩相当量 2.7g	I補給 - 684kcal たんぱく質 35.0g 食物繊維総量 8.2g 食塩相当量 2.4g
30日	31日				
★大阪郷土料理★ かやくご飯 たこ焼き がき&ツキのワイ 肉吸い 果物	ごはん 牛肉と野菜のソテー炒め 中華風やっこ 中華スープ 果物				
くず饅頭(小豆・抹茶)	カステラ				
I補給 - 738kcal たんぱく質 23.0g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 711kcal たんぱく質 24.7g 食物繊維総量 4.8g 食塩相当量 2.5g				

