

長谷川病院デイクアセンター献立表

2月

月	火	水	木	金	土
	<u>1日</u> 塩バターコーソラーメン 餃子 果物	<u>2日</u> ごはん ぶりの照り焼き 湯葉巻きえびあんかけ 長芋の昆布和え かき玉汁	<u>3日</u> ★節分御膳 巻き寿司 イワシ梅しそフライ 柚子ゼリー そば椀	<u>4日</u> ごはん 豚肉のしょうが炒め ひじきの煮物 果物 みそ汁	<u>5日</u> ごはん 油淋鶏(ユリチキ) 春雨サラダ 杏仁豆腐 もずくスープ
	いちごクレープ	たいやき	コーヒー蒸しパン	抹茶ワッフル	ドームケーキ
	I補給 - 701kcal たんぱく質 24.1g 食物繊維総量 6.0g 食塩相当量 4.0g	I補給 - 673kcal たんぱく質 27.6g 食物繊維総量 2.2g 食塩相当量 3.1g	I補給 - 670kcal たんぱく質 21.0g 食物繊維総量 3.2g 食塩相当量 3.1g	I補給 - 686kcal たんぱく質 26.2g 食物繊維総量 6.0g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 722kcal たんぱく質 26.1g 食物繊維総量 2.5g 食塩相当量 2.0g
<u>7日</u> 十五穀米 鮭の南蛮漬け 南瓜の煮物 和らひの柚子胡椒和え すまし汁	<u>8日</u> ごはん 親子煮 マツタけと卵のマリド 和え 果物 なめこ汁	<u>9日</u> ごはん 手作り里芋コロッケ きのこと刻昆布の煮物 果物 すまし汁	<u>10日</u> ごはん ぶり大根 ひじきのサラダ 果物 豚汁	<u>11日</u> 建国記念の日 	<u>12日</u> 人参ピラフ 鶏肉のキノコクリームスープ たらこパゲティサラダ 果物 キャベツのスープ
紅まんじゅう	どら焼き	豆乳ドーナツ	クリームワッフル		くす饅頭(小豆・抹茶)
I補給 - 664kcal たんぱく質 27.8g 食物繊維総量 7.8g 食塩相当量 2.4g	I補給 - 692kcal たんぱく質 26.6g 食物繊維総量 6.4g 食塩相当量 2.3g	I補給 - 695kcal たんぱく質 19.0g 食物繊維総量 6.9g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 701kcal たんぱく質 27.1g 食物繊維総量 6.7g 食塩相当量 2.5g		I補給 - 722kcal たんぱく質 29.9g 食物繊維総量 5.9g 食塩相当量 3.7g
<u>14日</u> ★バレンタインニュー スパゲティナポリタン カフェサラダ 果物 きのこのマヨネーズ	<u>15日</u> ★お刺身御膳 ごはん 新鮮なお刺身 海老湯葉きのこあん 果物 すまし汁	<u>16日</u> ★お刺身御膳 ごはん 新鮮なお刺身 かこの重ね蒸し葛アツカ 果物 すまし汁	<u>17日</u> ごはん ミートローフェッシュ 白菜のソテーサラダ りんごゼリー 野菜わかめスープ	<u>18日</u> ごはん 五目炒め 錦糸しゅうまい 果物 もやしスープ	<u>19日</u> ごはん 豚肉のみそくわ焼き ひじきの煮物 果物 すまし汁
ガトーショコラ	ミルクレープ	マロンワッフル	おはぎ	きなこのパンケーキ	人参シフォンケーキ
I補給 - 724kcal たんぱく質 23.8g 食物繊維総量 9.4g 食塩相当量 4.3g	I補給 - 755kcal たんぱく質 44.3g 食物繊維総量 2.5g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 724kcal たんぱく質 42.5g 食物繊維総量 4.8g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 712kcal たんぱく質 25.8g 食物繊維総量 6.4g 食塩相当量 3.0g	I補給 - 658kcal たんぱく質 23.9g 食物繊維総量 5.2g 食塩相当量 3.0g	I補給 - 705kcal たんぱく質 27.0g 食物繊維総量 5.6g 食塩相当量 2.5g
<u>21日</u> ビビンバ丼 山芋の短冊揚げ 果物 春雨スープ	<u>22日</u> ごはん 赤魚の煮付け 玉子ときのこ炒め もずくの酢の物 みそ汁	<u>23日</u> 天皇誕生日 	<u>24日</u> ごはん 冬野菜カレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト 卵のスープ	<u>25日</u> ごはん 鶏肉の唐揚げ辛レモン 和らひの柚子胡椒和え 果物 みそ汁	<u>26日</u> 2種のパン かわいいのマリドソース グリーンサラダ はちみつレモンゼリー 南瓜のバタージュ
クリームどら焼き	焼きプリンタルト		チョコパウンドケーキ	芋ようかん	もみじ饅頭
I補給 - 713kcal たんぱく質 19.6g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 1.9g	I補給 - 706kcal たんぱく質 28.2g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 2.9g		I補給 - 702kcal たんぱく質 21.1g 食物繊維総量 6.4g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 702kcal たんぱく質 24.5g 食物繊維総量 6.4g 食塩相当量 2.4g	I補給 - 709kcal たんぱく質 27.6g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 2.5g
<u>28日</u> ごはん 豚の角煮 もやしと桜エビ和え 果物 もずくとなめこスープ					
マーブル蒸しパン					
I補給 - 727kcal たんぱく質 25.4g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 2.5g					