



長谷川病院デイケアセンター献立表 8月

月	火	水	木	金	土
<u>1日</u>	<u>2日</u>	<u>3日</u>	<u>4日</u>	<u>5日</u>	<u>6日</u>
ごはん 肉じゃが ゆとわか和え物 果物 みそ汁	十五穀米 タラの南蛮漬け 長芋の玉子とし 小松菜ト湯葉のわか和え すまし汁	ごはん 牛肉と野菜オムレツ炒め わかりとわか和え物 杏仁豆腐 春雨スープ	パン ビーフシチュー グリーンサラダ フルーツヨーグルト きのこのココナツスープ	ごはん 豚のしゃぶしゃぶ風 ぜんまいの煮物 果物 すまし汁	ごはん ぶりの照り焼き 揚げだし豆腐トあん 果物 みそ汁
カステラ	アイスクリーム	どら焼き	くず饅頭(小豆・抹茶)	きなこのパンケーキ	さつまいと栗の炒め
I補給 - 685kcal たんぱく質 23.3g 食物繊維総量 9.6g 食塩相当量 2.1g	I補給 - 672kcal たんぱく質 26.1g 食物繊維総量 4.0g 食塩相当量 1.6g	I補給 - 677kcal たんぱく質 22.1g 食物繊維総量 5.2g 食塩相当量 2.4g	I補給 - 690kcal たんぱく質 23.4g 食物繊維総量 10.6g 食塩相当量 3.5g	I補給 - 692kcal たんぱく質 24.8g 食物繊維総量 6.1g 食塩相当量 1.8g	I補給 - 680kcal たんぱく質 26.1g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 1.7g
<u>8日</u>	<u>9日</u>	<u>10日</u>	<u>11日</u>	<u>12日</u>	<u>13日</u>
穴子散らし えびと冬瓜のあんかけ 抹茶ゼリー すまし汁	ごはん さばの生姜醤油焼き 大根と牛肉煮 果物 みそ汁	冷やしかけそば 旬の天ぷら 果物		ごはん 鶏肉のピカタ 小松菜のオムレツ和え 果物 コーンスープ	ごはん 豚肉のしょうが焼き 南瓜の煮物 もずくの酢の物 なめこ汁
たいやき	紅大福	チョコナッフルケーキ		白まんじゅう	二色羊羹
I補給 - 651kcal たんぱく質 24.5g 食物繊維総量 2.1g 食塩相当量 3.0g	I補給 - 685kcal たんぱく質 26.3g 食物繊維総量 5.4g 食塩相当量 1.9g	I補給 - 701kcal たんぱく質 31.5g 食物繊維総量 6.6g 食塩相当量 5.0g		I補給 - 695kcal たんぱく質 32.4g 食物繊維総量 6.7g 食塩相当量 1.3g	I補給 - 680kcal たんぱく質 21.3g 食物繊維総量 7.0g 食塩相当量 1.5g
<u>15日</u>	<u>16日</u>	<u>17日</u>	<u>18日</u>	<u>19日</u>	<u>20日</u>
ごはん 茄子入麻婆豆腐 アボカドのオムレツ和え 果物 わかめと卵のスープ	【お祭り献立】 お好み焼き&焼きそば 焼きトモココナツサラダ 果物 すまし汁	ごはん ホッケの西京焼き スッキコの甘酢炒め 果物 すまし汁	ごはん エビカツトカレー添え ひじきのサラダ 果物 ジュリエンスープ	ごはん 夏野菜カレー れんこんマリネサラダ 果物 白菜スープ	ごはん 回鍋肉 えび餃子 果物 もずくスープ
マロンケーキ	レア抹茶ケーキ	みたらし団子風	チョコロールケーキ	マロンワッフル	アイスクリーム
I補給 - 708kcal たんぱく質 24.9g 食物繊維総量 5.9g 食塩相当量 2.7g	I補給 - 702kcal たんぱく質 22.7g 食物繊維総量 7.3g 食塩相当量 4.9g	I補給 - 686kcal たんぱく質 30.0g 食物繊維総量 1.7g 食塩相当量 2.1g	I補給 - 692kcal たんぱく質 18.4g 食物繊維総量 4.9g 食塩相当量 3.8g	I補給 - 695kcal たんぱく質 21.8g 食物繊維総量 8.4g 食塩相当量 3.6g	I補給 - 704kcal たんぱく質 21.5g 食物繊維総量 4.4g 食塩相当量 2.4g
<u>22日</u>	<u>23日</u>	<u>24日</u>	<u>25日</u>	<u>26日</u>	<u>27日</u>
ごはん 鶏肉の唐揚げ甘辛レモン 菜の花の明太子かけ 果物 かき玉汁	ごはん 豚肉のみそくわ焼き もやしのわさび和え 果物 すまし汁	ごはん 牛肉のチャプチェ 胡瓜のゆかりナムル 果物 豆腐とにらのスープ	ごはん 鯖の味噌煮 ゴーヤチャンプルー もずくの酢の物 すまし汁	冷やし中華 春巻き マスカットゼリー きゃべつの中華スープ	ごはん 油淋鶏(1-1リソイ) 変わり塩昆布和え 果物 ワンダンスープ
いちごクレープ	クリームどら焼き	ミルクレープ	黒糖まんじゅう	ロールケーキ(抹茶)	和のホットケーキ
I補給 - 697kcal たんぱく質 32.3g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 1.4g	I補給 - 679kcal たんぱく質 24.3g 食物繊維総量 3.9g 食塩相当量 1.6g	I補給 - 676kcal たんぱく質 20.9g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 2.1g	I補給 - 673kcal たんぱく質 27.0g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 2.3g	I補給 - 702kcal たんぱく質 29.7g 食物繊維総量 5.8g 食塩相当量 4.8g	I補給 - 682kcal たんぱく質 27.6g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 2.0g
<u>29日</u>	<u>30日</u>	<u>31日</u>			
ごはん アジフライ 長芋のめかぶかけ 果物 みそ汁	ごはん タンドリーチキン 豆とひじきのサラダ 果物 トマト汁スープ	ごはん 豚の角煮 キャベツの香り和え 果物 すまし汁			
甘納豆蒸しパン	芋ようかん	いちごのロールケーキ			
I補給 - 693kcal たんぱく質 22.9g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 2.6g	I補給 - 704kcal たんぱく質 29.0g 食物繊維総量 9.3g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 749kcal たんぱく質 21.9g 食物繊維総量 4.2g 食塩相当量 1.6g			

