



長谷川病院デイケアセンター献立表

6月

月	火	水	木	金	土
			1日 人参ピラフ かれのいのすたーどーりー 和風グリーンサラダ きのこのソウルフ フルーツミックス	2日 ごはん じゃが芋の南蛮煮 もやしの和え物 すまし汁 果物	3日 塩バターコーソラーメン 焼き餃子 杏仁豆腐
			ドーナツ(こしあん)	レーズン蒸しパン	白まんじゅう
			I補給 - 690kcal たんぱく質 31.9g 食物繊維総量 4.3g 食塩相当量 3.7g	I補給 - 687kcal たんぱく質 33.0g 食物繊維総量 22.0g 食塩相当量 3.3g	I補給 - 697kcal たんぱく質 22.8g 食物繊維総量 6.9g 食塩相当量 5.3g
5日 えび天そば なすとトマトわさび醤油 二色水ようかん	6日 ごはん ピザチキン コールスローサラダ 南瓜のポタージュ 果物	7日 ごはん たらの塩中華あんかけ 鶏肉と里芋の中華煮 もずくスープ マンゴープリン	8日 ごはん ボークカレー チーズサラダ 卵のスープ ぶどうゼリー	9日 麦ごはん 油淋鶏(ロリチ) アスパラのイタ炒め 春雨スープ 果物	10日 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 揚げなすポン酢 すまし汁 果物
焼きプリンタルト	くず饅頭(小豆・抹茶)	バナナケーキ	いちごのロールケーキ	たいやき	冷やししるこ
I補給 - 683kcal たんぱく質 25.6g 食物繊維総量 6.5g 食塩相当量 4.9g	I補給 - 702kcal たんぱく質 22.2g 食物繊維総量 7.4g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 692kcal たんぱく質 26.8g 食物繊維総量 4.3g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 735kcal たんぱく質 20.4g 食物繊維総量 8.3g 食塩相当量 3.9g	I補給 - 682kcal たんぱく質 23.6g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 694kcal たんぱく質 36.5g 食物繊維総量 9.8g 食塩相当量 3.0g
12日 ごはん 海苔チーズチキン きのこサラダ みそ汁 果物	13日 ごはん 鯖の塩焼き ひじきと大豆の五目煮 みそ汁 果物	14日 トマトクリームパスタ カラフルツナサラダ 夏野菜のスープ 果物	15日 ごはん カレイの照り焼き マカロニサラダ 具たくさん豚汁 果物	16日 ごはん 鶏の唐揚げ アサリと葱の味噌和え すまし汁 抹茶ゼリー	17日 麦ごはん 豚肉のマーブル焼き 長芋とえびボール煮 みそ汁 果物
クリームどら焼き	かぼちゃ蒸しパン	みたらし団子風	小豆入り抹茶羹	キャラメルモンドロール	白桃ムース
I補給 - 716kcal たんぱく質 29.8g 食物繊維総量 5.5g 食塩相当量 2.7g	I補給 - 708kcal たんぱく質 24.6g 食物繊維総量 6.1g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 678kcal たんぱく質 26.2g 食物繊維総量 9.0g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 711kcal たんぱく質 31.8g 食物繊維総量 6.5g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 706kcal たんぱく質 32.0g 食物繊維総量 4.0g 食塩相当量 2.6g	I補給 - 737kcal たんぱく質 27.2g 食物繊維総量 7.0g 食塩相当量 3.1g
19日 麦ごはん 鯖の塩麹焼き ぜんまいの煮物 みそ汁 果物	20日 肉うどん オクラの明太かけ みかんゼリー	21日 ごはん カツカレー ツナサラダ 卵のスープ 果物	22日 ごはん 赤魚のムニエル バター醤油 さつま芋サラダ トマト汁 果物	23日 天丼 アスパラとトマトのお浸し 沢煮汁 果物	24日 ごはん 鶏のみそ照り焼き 切干大根と炒めのわか すまし汁 果物
りんごケーキ	おはぎ	チョコケーキ	豆乳デザート	どら焼き	きなこのパンケーキ
I補給 - 708kcal たんぱく質 25.8g 食物繊維総量 7.9g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 706kcal たんぱく質 28.4g 食物繊維総量 7.0g 食塩相当量 5.5g	I補給 - 756kcal たんぱく質 20.2g 食物繊維総量 9.9g 食塩相当量 4.0g	I補給 - 731kcal たんぱく質 25.2g 食物繊維総量 5.7g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 713kcal たんぱく質 23.8g 食物繊維総量 5.3g 食塩相当量 3.8g	I補給 - 686kcal たんぱく質 28.0g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 2.5g
26日 ごはん えびと卵のチリソース 春雨サラダ 豆腐とわかめのスープ フルーツ杏仁	27日 ごはん チキン南蛮風 ほうれん草のソテー コンスープ 果物	28日 麦ごはん 鯖の味噌煮 トマトと桜エビの和え物 すまし汁 果物	29日 しょうゆラーメン いか焼売 桃ミルクデザート	30日 ごはん たらのカレーフリット 刻昆布の煮物 みそ汁 果物	
黒糖まんじゅう	チョコバナナケーキ	もみじ饅頭	マロンケーキ	ストロベリーオールドファッション	
I補給 - 702kcal たんぱく質 28.7g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 3.3g	I補給 - 723kcal たんぱく質 29.1g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 1.8g	I補給 - 709kcal たんぱく質 26.6g 食物繊維総量 5.9g 食塩相当量 2.3g	I補給 - 678kcal たんぱく質 26.6g 食物繊維総量 4.9g 食塩相当量 5.2g	I補給 - 689kcal たんぱく質 25.4g 食物繊維総量 6.5g 食塩相当量 2.9g	