



長谷川病院デイケアセンター献立表

12月

月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				米飯 ひらすの柚子胡椒焼き 鶏つくねと冬瓜の煮物 果物 みそ汁	米飯 豚の角煮 小松菜のわかずし 和え 果物 すまし汁
				肉まん	かたどーろケーキ
				I補給 - 694kcal たんぱく質 30.5g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 3.5g	I補給 - 737kcal たんぱく質 25.3g 食物繊維総量 3.8g 食塩相当量 2.4g
4日	5日	6日	7日	8日	9日
ちらし寿司 揚げ豆腐のきのこあん 果物 すまし汁	米飯 和風ミートローフ もやしの和え物 コンポート (作り) みそ汁	米飯 ピザチキン コールスローサラダ はちみつレモンゼリー 卵スープ	米飯 鮭の塩麹焼き ひじきと大豆の五目煮 果物 なめこ汁	米飯 エビカツ外れソース添え かぶのカレー煮 果物 オニオンスープ	米飯 牛肉のブルドック 風 小松菜のナムル コンポート (作り) もずくスープ
いちごクレープ	抹茶のパンケーキ	おしるこ (生麩入り)	チョコケーキ	白桃ムース	おはぎ
I補給 - 722kcal たんぱく質 25.8g 食物繊維総量 2.9g 食塩相当量 4.0g	I補給 - 714kcal たんぱく質 24.1g 食物繊維総量 7.9g 食塩相当量 3.3g	I補給 - 684kcal たんぱく質 25.7g 食物繊維総量 8.0g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 707kcal たんぱく質 31.5g 食物繊維総量 7.2g 食塩相当量 2.1g	I補給 - 725kcal たんぱく質 17.3g 食物繊維総量 5.2g 食塩相当量 3.5g	I補給 - 719kcal たんぱく質 24.5g 食物繊維総量 7.1g 食塩相当量 2.3g
11日	12日	13日	14日	15日	16日
米飯 カレイの照り焼き そうめんチャンプルー 果物 みそ汁	米飯 鶏の唐揚げ アサと葱の酢味噌和え 果物 すまし汁	米飯 たららの塩中華あんかけ 鶏肉と里芋の中華煮 コンポート (作り) 春雨スープ	米飯 豚肉のマリネド 焼き 大根とえびボール煮 柚子ゼリー すまし汁	米飯 牛肉と豆腐のオイスター煮 なすとトマトのジャコサラダ 果物 コーンと卵の中華スープ	米飯 海苔チーズチキン 切干大根のカレー炒め コンポート (作り) きのこのみそ汁
白まんじゅう	マロンワッフル	ドームケーキ	マーブル蒸しパン	どら焼き	レア抹茶ケーキ
I補給 - 722kcal たんぱく質 33.6g 食物繊維総量 5.6g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 697kcal たんぱく質 31.8g 食物繊維総量 4.1g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 737kcal たんぱく質 28.1g 食物繊維総量 5.5g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 736kcal たんぱく質 26.0g 食物繊維総量 4.0g 食塩相当量 3.7g	I補給 - 721kcal たんぱく質 22.6g 食物繊維総量 8.4g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 747kcal たんぱく質 30.8g 食物繊維総量 8.3g 食塩相当量 2.9g
18日	19日	20日	21日	22日	23日
米飯 油淋鶏 (1-リッチイ) 杓子と加房の塩炒め 杏仁豆腐 中華スープ	米飯 赤魚の煮つけ なすの挟み揚げ 果物 みそ汁	米飯 ボークカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト 卵スープ	米飯 厚揚げの味噌炒め 長芋と胡瓜の和え 抹茶ゼリー すまし汁	米飯 鯖の粕漬け 南瓜のいとこ煮 果物 野菜たっぷり粕汁	米飯 ホキのムニエル バター醤油 さつま芋サラダ コンポート (作り) トマトのジャコスープ
チョコタルト	レーズン蒸しパン	メープルパスタ	クリームどら焼き	キャラメルモントロールケーキ	豆乳ドーナツ
I補給 - 720kcal たんぱく質 24.6g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 730kcal たんぱく質 27.8g 食物繊維総量 5.8g 食塩相当量 2.7g	I補給 - 750kcal たんぱく質 23.1g 食物繊維総量 9.7g 食塩相当量 4.7g	I補給 - 726kcal たんぱく質 25.4g 食物繊維総量 3.5g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 724kcal たんぱく質 30.4g 食物繊維総量 7.4g 食塩相当量 3.1g	I補給 - 764kcal たんぱく質 25.7g 食物繊維総量 6.8g 食塩相当量 3.6g
25日	26日	27日	28日		
米飯 ミラノ風カツレツ 前菜4種盛り ゼリー ジュリエンヌスープ	米飯 豚肉のしょうが焼き 大根の豆乳味噌煮 果物 すまし汁	米飯 煮込みハンバーグ スティックのガブリカソテー 果物 白菜のスープ	米飯 えびと卵のチリソース 春雨サラダ フルーツミックス カメと豆腐の生姜スープ		
手作りシフォンケーキ	紅大福	コーヒー蒸しパン	二色羊羹		
I補給 - 879kcal たんぱく質 34.7g 食物繊維総量 5.5g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 738kcal たんぱく質 27.1g 食物繊維総量 6.0g 食塩相当量 2.4g	I補給 - 725kcal たんぱく質 23.4g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 4.1g	I補給 - 719kcal たんぱく質 27.7g 食物繊維総量 3.5g 食塩相当量 3.4g		