







# 長谷川病院デイケアセンター献立表



月	火	水	木	金	土
<b>1日</b> ごはん 鯖の味噌煮 もやしと鶏の和え物 すまし汁 果物	<b>2日</b> 牛玉あんかけうどん 春キャベツの香りし和え みかんゼリー	<b>3日</b> 麦ごはん 豚肉のスタミナ炒焼き 変わりとろろ芋 果物 みそ汁	<b>4日</b> ごはん チキンカレー かぼちゃと卵のサラダ いちごミルクデザート 野菜わかめスープ	<b>5日</b> ごはん ヒラスの西京漬け ほうれん草の白和え けんちん汁 果物	<b>6日</b> ちりめんご飯 揚げだし豆腐&素揚げ野菜 きゅうりと麩の酢の物 果物 かき玉汁
くす馒头(小豆・抹茶)	クリームワッフル	クリームどら焼き	小豆入り抹茶羹	黒糖まんじゅう	きなこのパンケーキ
I補給 - 711kcal たんぱく質 26.2g 食物繊維総量 3.7g 食塩相当量 2.6g	I補給 - 712kcal たんぱく質 25.5g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 6.9g	I補給 - 720kcal たんぱく質 26.3g 食物繊維総量 7.3g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 699kcal たんぱく質 30.0g 食物繊維総量 9.9g 食塩相当量 4.5g	I補給 - 716kcal たんぱく質 32.6g 食物繊維総量 7.5g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 722kcal たんぱく質 23.7g 食物繊維総量 5.4g 食塩相当量 3.3g
<b>8日</b> 茄子と豚肉そぼろ しらすのおろし和え フルーツミックス	<b>9日</b> ごはん 牛肉のブルギ風 チョレギサラダ 果物 白菜スープ	<b>10日</b> ごはん ディアボラチキン (鶏肉/香草玉葱ソース) 大豆のトマト煮 コーンスープ 果物	<b>11日</b> ごはん 豚フライ ぜんまいの煮物 果物 みそ汁	<b>12日</b> ごはん ポークチャップ 海藻サラダ コーヒーゼリー 冬瓜のコンソメスープ	<b>13日</b> ごはん 夕と北のチヂミ 和え 三色ナムル 中華スープ 果物
チョコケーキ	抹茶どら焼き	ミルクレープ	コーヒー蒸しパン	レア抹茶ケーキ	もみじ馒头
I補給 - 713kcal たんぱく質 30.6g 食物繊維総量 7.3g 食塩相当量 5.4g	I補給 - 690kcal たんぱく質 23.6g 食物繊維総量 6.0g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 720kcal たんぱく質 31.5g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 716kcal たんぱく質 24.4g 食物繊維総量 7.0g 食塩相当量 3.4g	I補給 - 725kcal たんぱく質 25.9g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 3.8g	I補給 - 708kcal たんぱく質 26.5g 食物繊維総量 6.6g 食塩相当量 2.5g
<b>15日</b> ごはん 鶏肉と野菜の加炒め 里芋のおでん風 果物 みそ汁	<b>16日</b> 2種のパン メヌケの北チヂミ 卵グラタン 果物 キャベツのスープ	<b>17日</b> グリーンピースご飯 ホッケの一夜干し 切干大根と豚肉の煮物 果物 なめこ汁	<b>18日</b> ごはん 酢豚 白菜の中華和え 卵と豆腐の生姜スープ 果物	<b>19日</b> ごはん ぶりの照り焼き じゃが明太炒め すまし汁 果物	<b>20日</b> ごはん 牛すき焼き 夕と北のチヂミ 酢の物 果物 みそ汁
メープルパンケーキ	二色羊羹	白まんじゅう	チョコドームケーキ	おしるこ(生麩入り)	キャラメルモンドロケーキ
I補給 - 705kcal たんぱく質 25.5g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 3.4g	I補給 - 714kcal たんぱく質 28.6g 食物繊維総量 4.7g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 708kcal たんぱく質 29.0g 食物繊維総量 9.3g 食塩相当量 3.7g	I補給 - 695kcal たんぱく質 19.9g 食物繊維総量 5.2g 食塩相当量 3.4g	I補給 - 669kcal たんぱく質 30.5g 食物繊維総量 11.5g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 712kcal たんぱく質 25.9g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 2.6g
<b>22日</b> ごはん 銀だもろみ漬け ほうれん草の煮浸し すまし汁 果物	<b>23日</b> 麦ごはん カツ煮 なめこのおろし和え 果物 みそ汁	<b>24日</b> ごはん チーズハンバーグ キャベツのサラダ ジュリエンスープ 果物	<b>25日</b> ごはん チキン南蛮風 かぼちゃの加炒め フルーツミックス きのこのマリネ	<b>26日</b> みそラーメン 餃子 杏仁豆腐	<b>27日</b> たけのこご飯 かれいの幽庵焼き じゃが芋のバター醤油炒め 果物 すまし汁
カステラ	かたどろケーキ	白桃ムース	おはぎ	どら焼き	みたらし団子風
I補給 - 684kcal たんぱく質 20.7g 食物繊維総量 3.8g 食塩相当量 2.2g	I補給 - 721kcal たんぱく質 24.3g 食物繊維総量 6.8g 食塩相当量 3.3g	I補給 - 718kcal たんぱく質 22.3g 食物繊維総量 4.8g 食塩相当量 4.0g	I補給 - 727kcal たんぱく質 29.1g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 3.0g	I補給 - 748kcal たんぱく質 31.3g 食物繊維総量 6.8g 食塩相当量 9.9g	I補給 - 718kcal たんぱく質 23.9g 食物繊維総量 7.1g 食塩相当量 3.8g
<b>29日</b> <b>昭和の日</b> 	<b>30日</b> ごはん 牛肉と野菜の加炒め 夕と北の中華和え コーンと卵の中華スープ 果物	  			
	かぼちゃ蒸しパン				
	I補給 - 746kcal たんぱく質 25.1g 食物繊維総量 6.5g 食塩相当量 3.1g				