



長谷川病院デイクアセンター献立表



月	火	水	木	金	土
		1日	2日	3日	4日
		おかめうどん 丼ソース 大葉フライ 抹茶ゼリー	麦ごはん 鮭の南蛮漬け ポテトサラダ 果物 みそ汁	憲法記念日 	みどりの日
		和のホットケーキ	チョコバナナロールケーキ		
		I単位 - 684kcal たんぱく質 23.6g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 7.1g	I単位 - 707kcal たんぱく質 28.6g 食物繊維総量 9.1g 食塩相当量 3.0g		
6日	7日	8日	9日	10日	11日
振替休日 	ごはん ぶりの塩麹焼き 揚げだし豆腐 果物 みそ汁	ごはん 豚肉のしょうが焼き 大根の帆立あんかけ 果物 みそ汁	ごはん 鶏肉のチーズピカタ グリーンサラダ 果物 かりん粉デザート	麦ごはん 鯖の味噌煮 麩と野菜のチリソース 果物 すまし汁	なめこころろそば 帆立風フライ 豆乳デザート
	クリームどら焼き	紫芋ようかん	黒糖まんじゅう	いちごのロールケーキ	今川焼
	I単位 - 704kcal たんぱく質 28.4g 食物繊維総量 3.9g 食塩相当量 2.1g	I単位 - 708kcal たんぱく質 28.3g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 2.7g	I単位 - 718kcal たんぱく質 24.0g 食物繊維総量 7.2g 食塩相当量 2.6g	I単位 - 720kcal たんぱく質 26.1g 食物繊維総量 4.6g 食塩相当量 2.3g	I単位 - 687kcal たんぱく質 22.6g 食物繊維総量 6.8g 食塩相当量 5.5g
13日	14日	15日	16日	17日	18日
ごはん 赤魚のみぞれ煮 めかぶの和え物 果物 変わり沢煮汁	ごはん 豚バラ肉の旨たれ煮 もやしとにらの和え物 果物 すまし汁	2種のパン 鶏とトマトのクリーム煮 キャベツのソテー 梨ゼリー 野菜サイコロスープ	麦ごはん 鮭の塩焼き ミニ肉じゃが 果物 みそ汁	欧風ビーフカレー はんぺんサラダ 果物 卵のスープ	ごはん 豚肉の山椒炒め えびと大根の葛煮 果物 みそ汁
ミルクレープ	抹茶のパンケーキ	二色羊羹	焼きプリンタルト	コーヒー蒸しパン	カスタードロールケーキ
I単位 - 700kcal たんぱく質 25.2g 食物繊維総量 5.7g 食塩相当量 2.0g	I単位 - 733kcal たんぱく質 27.7g 食物繊維総量 3.9g 食塩相当量 3.2g	I単位 - 707kcal たんぱく質 29.3g 食物繊維総量 6.0g 食塩相当量 3.0g	I単位 - 712kcal たんぱく質 29.3g 食物繊維総量 10.6g 食塩相当量 2.0g	I単位 - 733kcal たんぱく質 24.2g 食物繊維総量 8.5g 食塩相当量 3.8g	I単位 - 701kcal たんぱく質 29.2g 食物繊維総量 4.4g 食塩相当量 2.5g
20日	21日	22日	23日	24日	25日
ごはん にーマスタートチキン 豆とひじきのサラダ 果物 コンスープ	しょうゆラーメン 海老餃子 いちごミルクデザート	ごはん ホッケの一夜干し 南瓜のいとこ煮 果物 すまし汁	ごはん 豚肉の玉子とじ なすの梅肉なめ茸かけ 果物 すまし汁	ごはん 鶏肉の唐揚げ辛し もやしのわさび和え 果物 みそ汁	ごはん 茄子入麻婆豆腐 アボカドのトマト和え 果物 ヨーソと卵の中華スープ
おしるこ	たいやき	りんごのシブースト	くず饅頭	原宿ドック	小豆入り抹茶羹
I単位 - 715kcal たんぱく質 36.0g 食物繊維総量 9.6g 食塩相当量 1.9g	I単位 - 662kcal たんぱく質 28.2g 食物繊維総量 4.1g 食塩相当量 8.9g	I単位 - 677kcal たんぱく質 26.4g 食物繊維総量 5.8g 食塩相当量 3.0g	I単位 - 702kcal たんぱく質 28.1g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 2.9g	I単位 - 682kcal たんぱく質 31.6g 食物繊維総量 3.7g 食塩相当量 2.4g	I単位 - 737kcal たんぱく質 24.1g 食物繊維総量 10.5g 食塩相当量 2.8g
27日	28日	29日	30日	31日	
麦ごはん 回鍋肉 春巻き 果物 わかめスープ	田舎うどん お豆腐サラダ 水ようかん	ごはん ポークカツ・デミソース キャベツのあん炒め 果物 トマトイグナス	ごはん 赤魚の加-照り焼き 鶏つくねの豆乳煮 果物 みそ汁	穴子散らし 豚のしゃぶしゃぶ風 果物 すまし汁	
キャラメルロールケーキ	ストロベリーカスタードタルト	メープルパンケーキ	みたらし団子風	白まんじゅう	
I単位 - 716kcal たんぱく質 25.6g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 2.4g	I単位 - 702kcal たんぱく質 23.8g 食物繊維総量 6.2g 食塩相当量 5.8g	I単位 - 716kcal たんぱく質 19.7g 食物繊維総量 5.9g 食塩相当量 3.5g	I単位 - 703kcal たんぱく質 29.9g 食物繊維総量 4.8g 食塩相当量 3.9g	I単位 - 683kcal たんぱく質 30.2g 食物繊維総量 4.4g 食塩相当量 3.9g	