



# 7月 長谷川病院デイクアセンター献立表



月	火	水	木	金	土
	1日 ごはん さばの塩焼き 冬瓜とぼたて煮 果物 変わり沢煮汁	2日 ちゃんぽん風ラーメン 餃子 フルーツ杏仁	3日 麦ごはん 牛すき焼き かとおろし和え 果物 みそ汁	4日 ごはん 夕と比のマヨネーズ 和え 三色ナムル 果物 中華スープ	5日 ごはん 鶏肉のハンバーグソース 南瓜サラダ 果物 コトと卵のスープ
	たい焼き	ピカスタド 外ト	メープルパンケーキ	小豆入り抹茶羹	チョコドーナツ
	I補給 - 773kcal たんぱく質 27.7g 食物繊維総量 2.8g 食塩相当量 2.5g	I補給 - 790kcal たんぱく質 33.5g 食物繊維総量 6.4g 食塩相当量 5.6g	I補給 - 722kcal たんぱく質 28.0g 食物繊維総量 9.1g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 668kcal たんぱく質 24.3g 食物繊維総量 7.7g 食塩相当量 2.4g	I補給 - 647kcal たんぱく質 24.8g 食物繊維総量 2.9g 食塩相当量 2.8g
7日 【七夕献立】 とうもろこしご飯 天ぷら ミソうどん 天の川ペリ すまし汁	8日 ごはん チーズハンバーグ キャベツのサラダ 果物 冬瓜のコンソメスープ	9日 ごはん 鶏肉のキノコクリームソース エビとパプリカ炒め 果物 野菜サイコロスープ	10日 ごはん カツ煮 夕とミヨカの和え物 果物 なめこ汁	11日 ごはん カレイの煮付け ハムと野菜のソテー 果物 卵といんげんのみそ汁	12日 麦ごはん ぶりのバター照り焼き 茄子とえびのあんかけ 果物 みそ汁
さつま芋と栗の外ト	かたドーナツ	レア抹茶ケーキ	マロンワッフル	今川焼	抹茶ワッフル
I補給 - 703kcal たんぱく質 18.1g 食物繊維総量 4.0g 食塩相当量 3.3g	I補給 - 709kcal たんぱく質 22.8g 食物繊維総量 7.5g 食塩相当量 3.8g	I補給 - 651kcal たんぱく質 34.8g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 3.1g	I補給 - 720kcal たんぱく質 23.2g 食物繊維総量 4.5g 食塩相当量 3.1g	I補給 - 689kcal たんぱく質 32.7g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 3.1g	I補給 - 795kcal たんぱく質 29.6g 食物繊維総量 6.4g 食塩相当量 2.6g
14日 ごはん 酢鶏 カリフラワーのナムル 果物 ワンドゥスープ	15日 ちらし寿司 筑前煮 果物 すまし汁	16日 2種のパン ビーフシチュー じゃこサラダ ぶどうゼリー 白菜のスープ	17日 麦ごはん ホッケの塩焼き 厚揚げ大根味噌田楽 果物 ジャガ芋の和風チャウダー	18日 ごはん ポークカレーソース 青菜とチーズの和え物 果物 卵と大根のコンソメスープ	19日 【土用の丑の日御膳】 うな丼 長芋の梅肉ソース 果物 うしお汁
チョコワッフル	ミルクレープ	きなこのパンケーキ	みたらし団子	マーブル蒸しパン	紫芋ようかん
I補給 - 655kcal たんぱく質 26.0g 食物繊維総量 6.1g 食塩相当量 2.6g	I補給 - 670kcal たんぱく質 33.3g 食物繊維総量 4.3g 食塩相当量 4.1g	I補給 - 654kcal たんぱく質 22.1g 食物繊維総量 8.6g 食塩相当量 3.2g	I補給 - 683kcal たんぱく質 26.5g 食物繊維総量 7.2g 食塩相当量 4.0g	I補給 - 732kcal たんぱく質 24.7g 食物繊維総量 5.5g 食塩相当量 3.0g	I補給 - 725kcal たんぱく質 33.7g 食物繊維総量 2.3g 食塩相当量 3.4g
21日 海の日	22日 ごはん ハニースタッドポーク 長芋と油揚げの煮物 果物 かきたま汁	23日 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼風 さつま芋甘露煮 果物 けんちん汁	24日 ごはん 夏野菜カレー コールスローサラダ 果物 きのこのコンソメスープ	25日 キャロットピラフ 白身魚のニル・ドットソース 和風ポテトグラタン 果物 オニオンスープ	26日 ごはん 牛肉のオイスター炒め なすの中華だれ 果物 野菜わかめスープ
	キャラメルモンドーナツ	りんごのシブースト	どら焼き	白桃ムース	クリームワッフル
	I補給 - 708kcal たんぱく質 24.5g 食物繊維総量 4.2g 食塩相当量 2.8g	I補給 - 698kcal たんぱく質 28.4g 食物繊維総量 5.1g 食塩相当量 2.4g	I補給 - 706kcal たんぱく質 20.5g 食物繊維総量 8.7g 食塩相当量 4.0g	I補給 - 702kcal たんぱく質 29.9g 食物繊維総量 8.7g 食塩相当量 3.9g	I補給 - 648kcal たんぱく質 21.6g 食物繊維総量 4.3g 食塩相当量 3.5g
28日 ごはん 豚のしゃぶしゃぶ風 山芋と海老の湯葉包み 果物 さつま汁	29日 ごはん あじの南蛮漬け 長芋とバナナの塩煮 果物 すまし汁	30日 ごはん 肉じゃが 夕とおろし和え物 果物 みそ汁	31日 きつねうどん オムライス 大葉巻き りんごゼリー		
いちごクレープ	チョコバナナドーナツ	和のホットケーキ	カステラ		
I補給 - 742kcal たんぱく質 27.3g 食物繊維総量 6.3g 食塩相当量 3.3g	I補給 - 656kcal たんぱく質 27.7g 食物繊維総量 2.8g 食塩相当量 2.9g	I補給 - 721kcal たんぱく質 23.2g 食物繊維総量 10.1g 食塩相当量 3.4g	I補給 - 649kcal たんぱく質 20.8g 食物繊維総量 5.0g 食塩相当量 5.6g		