

11月 長谷川病院デイケアセンター献立表

長谷川病院

月	火	水	木	金	土
					1日
					麦ごはん 鶏肉の唐揚げ辛しモン 白菜と春菊のソテー 和え だし巻き卵 果物 すまし汁
					温泉まんじゅう
					エネルギー：702kcal
					たんぱく質：32.4g
					食物繊維総量：7g
					食塩相当量：2g
3日	4日	5日	6日	7日	8日
	ごはん 牛肉しゃぶの和え さつま芋の甘露煮 果物 みそ汁	ごはん 茄子入麻婆豆腐 ブロッコリーの和え 果物 わかめと卵のスープ	しょうゆラーメン 焼き餃子 梨ゼリー	わかめご飯 鮭の塩麹焼き キャベツとウインナー炒め 果物 白菜とトマトの和風スープ	ごはん 鶏肉のピカタ ツナサラダ 果物 野菜サイコロスープ
	いちごロールケーキ	ミルクレープ	抹茶ロールケーキ	今川焼き	チョコタルト
	エネルギー：742kcal	エネルギー：690kcal	エネルギー：660kcal	エネルギー：702kcal	エネルギー：648kcal
	たんぱく質：24.1g	たんぱく質：22.1g	たんぱく質：26.4g	たんぱく質：30.2g	たんぱく質：30.7g
	食物繊維総量：6g	食物繊維総量：8.8g	食物繊維総量：4.6g	食物繊維総量：6.6g	食物繊維総量：5.4g
	食塩相当量：2.7g	食塩相当量：2.8g	食塩相当量：6.1g	食塩相当量：3g	食塩相当量：2.6g
10日	11日	12日	13日	14日	15日
ごはん エビカツ外付けソース添え ひじきのサラダ 果物 ジュリエンヌスープ	ごはん 赤魚のオーブン焼き 切干大根の煮物 果物 野菜たっぷり味噌汁	2種のパン クリームシチュー グリーンサラダ りんごゼリー きのこのソテー	キャロットピラフ 白身魚のソテー・トマトソース 和風ポテトグラタン 果物 オニオンスープ	麦ごはん 豚肉のしょうが焼き かぶのコンソメ煮 果物 なめこ汁	天丼 和風サラダ 果物 すまし汁
	クリームワッフル	りんごのシブースト	レモンカスタードタルト	二色羊羹	クリームワッフル
エネルギー：741kcal	エネルギー：688kcal	エネルギー：716kcal	エネルギー：752kcal	エネルギー：784kcal	エネルギー：757kcal
たんぱく質：18.9g	たんぱく質：26.3g	たんぱく質：29.6g	たんぱく質：28.6g	たんぱく質：25.1g	たんぱく質：21.9g
食物繊維総量：5.9g	食物繊維総量：5.8g	食物繊維総量：11g	食物繊維総量：11.2g	食物繊維総量：7g	食物繊維総量：3.3g
食塩相当量：4g	食塩相当量：2.2g	食塩相当量：3.7g	食塩相当量：3.9g	食塩相当量：2.1g	食塩相当量：3.3g
17日	18日	19日	20日	21日	22日
豚丼 お豆腐サラダ 果物 すまし汁	秋のけんちんうどん 厚焼き卵 ぶどうゼリー	ごはん 回鍋肉 春巻き 果物 たっぴりネギのスープ	麦ごはん 鯖の味噌煮 じゃがいも・人参の塩炒め 果物 すまし汁	ごはん たらのみぞれ煮 春雨炒め 果物 みそ汁	ごはん 牛肉と野菜のソテー炒め もやしとザーサイの和え物 果物 ニラ玉スープ
	マロンケーキ	クリームどら焼き	おしるこ	ガトーショコラ	白まんじゅう
エネルギー：672kcal	エネルギー：665kcal	エネルギー：811kcal	エネルギー：774kcal	エネルギー：747kcal	エネルギー：676kcal
たんぱく質：24.6g	たんぱく質：31.6g	たんぱく質：31g	たんぱく質：27.4g	たんぱく質：29g	たんぱく質：23.5g
食物繊維総量：4.5g	食物繊維総量：5.6g	食物繊維総量：10g	食物繊維総量：6g	食物繊維総量：7.8g	食物繊維総量：4.6g
食塩相当量：2.2g	食塩相当量：5.7g	食塩相当量：2.5g	食塩相当量：2g	食塩相当量：2.6g	食塩相当量：3.5g
24日	25日	26日	27日	28日	29日
	バターライス 赤魚ソテーのソース じゃがいも・人参のソテー 果物 コーンスープ	茄子と豚肉そば 小松菜のくるみ和え コーヒーゼリー	ごはん アジフライ 冬瓜の煮物 果物 豚汁	麦ごはん 豚の角煮 もやしとニラの和え物 果物 すまし汁	ごはん ポークカレー 豆とひじきのサラダ フルーツヨーグルト キャベツのスープ
	黒糖まんじゅう	もみじ饅頭	白桃ムース	さつまいも蒸しパン	焼きプリンタルト
	エネルギー：772kcal	エネルギー：715kcal	エネルギー：743kcal	エネルギー：846kcal	エネルギー：816kcal
	たんぱく質：29.7g	たんぱく質：29.4g	たんぱく質：22.5g	たんぱく質：21.7g	たんぱく質：25g
	食物繊維総量：7.9g	食物繊維総量：7.3g	食物繊維総量：5.1g	食物繊維総量：6g	食物繊維総量：11.4g
	食塩相当量：2.5g	食塩相当量：4.3g	食塩相当量：2.5g	食塩相当量：1.6g	食塩相当量：4.5g