12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	2日	3日	4日	5日	6日
米飯 ポークチャップ きのこサラダ 果物 野菜サイコロスープ	米飯 赤魚の塩中華あんかけ 大根と豚肉の中華煮 杏仁豆腐 もずくとなめこのｽｰﾌﾟ	麦ごはん 鯖の味噌煮 卵豆腐のかにあんかけ 果物 すまし汁	米飯 ディアボラチキン （鶏肉ﾉ香草玉葱ｿｰｽ） 冬瓜のトマト煮 果物 ジュリエンヌスープ	塩ラーメン 焼き餃子 みかんゼリー	米飯 みそ照り焼きチキン ﾄﾏﾄとﾓｽﾞｸのｻｯﾊﾟﾘ和え 果物 すまし汁
レア抹茶ケーキ	マロンケーキ	いちごロールケーキ	たい焼き	ココアワッフル	チョコロールケーキ
エネルギー：714kcal	エネルギー：637kcal	エネルギー：739kcal	エネルギー：661kcal	エネルギー：678kcal	エネルギー：633kcal
たんぱく質：24.9g	たんぱく質：22.8g	たんぱく質：28.6g	たんぱく質：27.7g	たんぱく質：23.3g	たんぱく質：21.1g
食物繊維総量：6.5g	食物繊維総量：3.3g	食物繊維総量：4.6g	食物繊維総量：3.3g	食物繊維総量：3.9g	食物繊維総量：3.5g
食塩相当量：3.1g	食塩相当量：3.2g	食塩相当量：2.4g	食塩相当量：2.6g	食塩相当量：5.6g	食塩相当量：1.5g
8日	9日	10日	11日	12日	13日
牛丼 キャベツサラダ 果物 みそ汁	麦ごはん 鶏の唐揚げ ｱｻﾘと葱の味噌和え 果物 みそ汁	ｷﾉｺの洋風炊込みご飯 さばのカレームニエル 南瓜サラダ 果物 コーンスープ	米飯 豚肉の山椒炒め 大根の豆乳味噌煮 果物 すまし汁	米飯 牛肉と豆腐のｵｲｽﾀｰ煮 ﾅｽとﾄﾏﾄのじゃこｻﾗﾀﾞ 果物 春雨スープ	２種のパン 煮込みハンバーグ かぶのｶﾞﾘﾊﾞﾀﾘﾃｰ フルーツヨーグルト ﾄﾏﾄと青菜のｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ
カステラ	クリームワッフル	もみじ饅頭	ﾁｮｺﾊﾞﾅﾅﾛｰﾙｹｰｷ	白まんじゅう	二色羊羹
エネルギー：723kcal	エネルギー：677kcal	エネルギー：809kcal	エネルギー：708kcal	エネルギー：786kcal	エネルギー：743kcal
たんぱく質：23.3g	たんぱく質：29.9g	たんぱく質：24.6g	たんぱく質：26.4g	たんぱく質：26.7g	たんぱく質：27.8g
食物繊維総量：6.9g	食物繊維総量：6.3g	食物繊維総量：7.9g	食物繊維総量：4.9g	食物繊維総量：8.6g	食物繊維総量：5.3g
食塩相当量：2g	食塩相当量：2.5g	食塩相当量：2.4g	食塩相当量：1.8g	食塩相当量：2.6g	食塩相当量：4.1g
15日	16日	17日	18日	19日	20日
米飯 チキン南蛮風 青菜のソテー 果物 冬瓜とﾍﾞｰｺﾝのスープ	ゆかりごはん 白身魚の照り焼き マカロニサラダ 果物 みそ汁	米飯 欧風ビーフカレー チーズサラダ 果物 コンソメスープ	ビビンバ丼 チョレギサラダ 果物 わかめスープ	麦ごはん あじの生姜醤油焼き 里芋のそぼろ煮 果物 みそ汁	米飯 ぶりの柚子胡椒焼き もずくとトマト和え 果物 すまし汁
りんごのシブースト	くず饅頭	三色豆蒸しパン	抹茶ドームケーキ	ｷｬﾗﾒﾙｱｰﾓﾝﾄﾞﾛｰﾙｹｰｷ	おはぎ
エネルギー：829kcal	エネルギー：680kcal	エネルギー：794kcal	エネルギー：680kcal	エネルギー：646kcal	エネルギー：621kcal
たんぱく質：25.4g	たんぱく質：27.4g	たんぱく質：25.1g	たんぱく質：19.5g	たんぱく質：29.2g	たんぱく質：26.2g
食物繊維総量：4.3g	食物繊維総量：5g	食物繊維総量：12.4g	食物繊維総量：4.5g	食物繊維総量：6.8g	食物繊維総量：4.1g
食塩相当量：2.6g	食塩相当量：3g	食塩相当量：4.4g	食塩相当量：3.6g	食塩相当量：2g	食塩相当量：1.2g
22日	23日	24日	25日	26日	27日
【冬至の日献立】 ゆずみそうどん れんこん金平 フルーツヨーグルト	米飯 鮭のネギ塩焼き ほうれん草の白和え 果物 かきたま汁	米飯 豚肉のﾃﾘｰきのこｿｰｽ 大根と海老の塩麹煮 果物 みそ汁	【クリスマス献立】 ケチャップライス レモンペッパーチキン サラダ ﾏｽｶｯﾄｾﾞﾘｰ 南瓜のﾎﾟﾀｰｼﾞｭ	米飯 鯵の竜田揚げｵﾛｼﾎﾟﾝ酢 とろろ芋 果物 具沢山みそ汁	麦ごはん 味噌マヨミートローフ ふきと油揚げの煮物 果物 すまし汁
みたらし団子	ガトーショコラ	ミルクレープ	クリスマスケーキ	ｸﾘｰﾑどら焼き	ｶｽﾀｰﾄﾞﾄﾞｰﾑｹｰｷ
エネルギー：736kcal	エネルギー：691kcal	エネルギー：790kcal	エネルギー：921kcal	エネルギー：750kcal	エネルギー：726kcal
たんぱく質：33g	たんぱく質：34.4g	たんぱく質：30.1g	たんぱく質：31.6g	たんぱく質：32g	たんぱく質：25.2g
食物繊維総量：5.8g	食物繊維総量：6.9g	食物繊維総量：6.8g	食物繊維総量：6.2g	食物繊維総量：6.9g	食物繊維総量：7.2g
食塩相当量：5.5g	食塩相当量：2g	食塩相当量：2g	食塩相当量：4.1g	食塩相当量：1.7g	食塩相当量：1.1g
29日	30日	31日			
休み	休み	休み			