



長谷川病院デイケアセンター献立表



| 月   | 火   | 水   | 木   | 金  | 土   |
|---|---|---|---|--|---|
|   |   | 1日  | 2日  | 3日   | 4日  |
|   |   | ご飯<br>おとろけのステーキ 和え<br>三色ナムル<br>果物<br>中華スープ  | ご飯<br>鶏肉のパン粉焼き<br>トマトペンネサラダ<br>果物<br>わかめと野菜のスープ           | ご飯<br>牛すき焼き<br>かとおろしのおろし和え<br>果物<br>みそ汁                    | ご飯<br>さばの塩焼き<br>冬瓜とぼたて煮<br>果物<br>変わり沢煮汁                   |
|   |   | チョコドーナツ   | 小豆入抹茶羹  | レモンタルト   | いちごロールケーキ   |
|   |   | エネルギー：691kcal<br>たんぱく質：24.7g<br>食物繊維総量：6.9g<br>食塩相当量：2.5g                                   | エネルギー：640kcal<br>たんぱく質：28.4g<br>食物繊維総量：6.6g<br>食塩相当量：2.8g | エネルギー：790kcal<br>たんぱく質：28.7g<br>食物繊維総量：10.8g<br>食塩相当量：2.9g | エネルギー：695kcal<br>たんぱく質：24.3g<br>食物繊維総量：3.5g<br>食塩相当量：2.5g |
| 6日  | 7日  | 8日  | 9日  | 10日  | 11日   |
| ご飯<br>カレーの煮付け<br>ハムと野菜のソテー<br>果物<br>卵といんげんのみそ汁            | ご飯<br>チーズハンバーグ<br>春キャベツのサラダ<br>果物<br>冬瓜のコンソメスープ           | 春献立<br>だけのこご飯<br>鯖のもろみ焼き<br>そら豆の和風グラタン<br>果物<br>菜の花のすまし汁                                    | 2種のパン<br>ビーフシチュー<br>じゃこサラダ<br>ぶどうゼリー<br>白菜のスープ            | ご飯<br>鶏肉のハンバーグ<br>ジャガイモ<br>南瓜サラダ<br>果物<br>コーンと卵のスープ        | ご飯<br>カツ煮<br>トマトとキャベツの和え物<br>果物<br>なめこ汁                   |
| 今川焼   | かぼちゃロールケーキ  | 2色まんじゅう   | メープルパンケーキ   | マロンケーキ   | みたらし団子  |
| エネルギー：682kcal<br>たんぱく質：31.9g<br>食物繊維総量：5.4g<br>食塩相当量：2.9g | エネルギー：698kcal<br>たんぱく質：22.4g<br>食物繊維総量：7.3g<br>食塩相当量：3.8g | エネルギー：732kcal<br>たんぱく質：34.1g<br>食物繊維総量：10.0g<br>食塩相当量：3.2g                                  | エネルギー：670kcal<br>たんぱく質：23g<br>食物繊維総量：9.4g<br>食塩相当量：3.9g   | エネルギー：657kcal<br>たんぱく質：26.2g<br>食物繊維総量：6.3g<br>食塩相当量：2.7g  | エネルギー：774kcal<br>たんぱく質：23.3g<br>食物繊維総量：4.3g<br>食塩相当量：3.8g |
| 13日   | 14日   | 15日   | 16日   | 17日  | 18日   |
| ご飯<br>ホッケの塩焼き<br>厚揚げとわかめの味噌田楽<br>果物<br>ジャガイモの和風サラダ        | 鶏南蛮そば<br>だし巻き卵<br>豆乳デザート                                  | ご飯<br>酢鶏<br>かき揚げの中華和え<br>果物<br>ワンタンスープ  | ご飯<br>牛肉のチャブチエ<br>胡瓜のゆかりナムル<br>果物<br>コーンと卵の中華スープ          | ご飯<br>豚肉のしょうが炒め<br>きのこ温奴<br>果物<br>みそ汁                      | 三色そばろ丼<br>わかめとキャベツの和え物<br>果物<br>みそ汁                       |
| ミルクレープ  | ガトーショコラ   | 焼きプリンタルト  | 紫芋ようかん  | コーヒー蒸しパン   | りんごのシブースト   |
| エネルギー：671kcal<br>たんぱく質：291g<br>食物繊維総量：6.2g<br>食塩相当量：3.6g  | エネルギー：685kcal<br>たんぱく質：41.1g<br>食物繊維総量：5.7g<br>食塩相当量：5.6g | エネルギー：655kcal<br>たんぱく質：25.5g<br>食物繊維総量：6.5g<br>食塩相当量：2.4g                                   | エネルギー：694kcal<br>たんぱく質：24.0g<br>食物繊維総量：5.7g<br>食塩相当量：3.2g | エネルギー：745kcal<br>たんぱく質：28.6g<br>食物繊維総量：5.3g<br>食塩相当量：3.0g  | エネルギー：708kcal<br>たんぱく質：28.8g<br>食物繊維総量：4.6g<br>食塩相当量：2.6g |
| 20日   | 21日   | 22日   | 23日   | 24日  | 25日   |
| 穴子散らし<br>茄子の挟み揚げ<br>果物<br>すまし汁                            | ご飯<br>ミラノ風カツレツ<br>グリーンサラダ<br>果物<br>わかめとわかめのスープ            | ご飯<br>鮭のちゃんちゃん焼き<br>山芋の短冊揚げ<br>果物<br>けんちん汁  | ご飯<br>バターチキンカレー<br>コールスローサラダ<br>果物<br>パプリカとねぎのスープ         | のっぺいうどん<br>わかめとキャベツの梅おかか和え<br>みかんゼリー                       | ご飯<br>ハンバーグ<br>青菜とキャベツの和え物<br>果物<br>かきたま汁                 |
| キャラメルモートロール   | どら焼き  | きなこのパンケーキ   | ストロベリーガトーショコラ   | クリームワッフル   | 白桃ムース   |
| エネルギー：644kcal<br>たんぱく質：21.8g<br>食物繊維総量：3.5g<br>食塩相当量：4.2g | エネルギー：693kcal<br>たんぱく質：28.8g<br>食物繊維総量：6.3g<br>食塩相当量：2.4g | エネルギー：747kcal<br>たんぱく質：30.1g<br>食物繊維総量：5.2g<br>食塩相当量：2.9g                                   | エネルギー：714kcal<br>たんぱく質：28.2g<br>食物繊維総量：6.4g<br>食塩相当量：3.0g | エネルギー：623kcal<br>たんぱく質：32.9g<br>食物繊維総量：7.2g<br>食塩相当量：6.8g  | エネルギー：722kcal<br>たんぱく質：26.0g<br>食物繊維総量：4.5g<br>食塩相当量：2.9g |
| 27日   | 28日   | 29日   | 30日   |  |   |
| ご飯<br>鶏とわかめのトマトクリーム煮<br>エビとパプリカ炒め<br>果物<br>野菜サイコロスープ      | ご飯<br>あじの南蛮漬け<br>長芋とわかめの塩煮<br>果物<br>すまし汁                  | 昭和の日<br> | ちゃんぽん風ラーメン<br>餃子<br>フルーツミックス                              |  |   |
| いちごクレープ   | かぼちゃロールケーキ  |   | カステラ  |  |   |
| エネルギー：730kcal<br>たんぱく質：34.3g<br>食物繊維総量：6.3g<br>食塩相当量：3.1g | エネルギー：682kcal<br>たんぱく質：28.3g<br>食物繊維総量：3.7g<br>食塩相当量：2.9g |   | エネルギー：700kcal<br>たんぱく質：26.8g<br>食物繊維総量：6.2g<br>食塩相当量：5.8g |  |   |