

献立表

現 場：大阪城ケアホーム

献立種類：常食（個別献立 / A / B

期 間：2024/8/12～2024/8/18

	月 12	火 13	水 14	木 15	金 16	土 17	日 18
朝食	抹茶ツイスト パンプ 牛乳	黒糖ロールパン 白桃缶 牛乳	メロンパン 洋ナシ缶 牛乳	なつかしあんぱん ミカン缶 牛乳	ミニ山シュガー パイナップル 牛乳	レーズンドッグ バナナ 牛乳	ショコラロール りんご缶 牛乳
昼食	菜飯おにぎり 野菜たっぷり塩チヂミ 蒸し焼売 里芋とカニカマのサラダ	米飯 チキンピカタ ブロッコリーとハムのサラダ きんぴら牛蒡 味噌汁 ふりかけ	米飯 鯖のバターソテー 春雨の炒め物 法連草ののり和え コンソメスープ ふりかけ	**松花堂弁当** 加寿司 鶏肉の金山寺味噌焼き 冬瓜のあんかけ 焼茄子 すまし汁	米飯 マスの梅じそ焼 さつま芋の天ぷら 白菜と胡瓜のゴマドレ和え 味噌汁 ふりかけ	米飯 肉団子の中華あんかけ 長芋の煮物 ブロッコリーのゆずカツオあえ 清汁 ふりかけ	米飯 鯖の塩焼き 大根とわかめの和え物 じゃが芋とあげの煮物 味噌汁 ふりかけ
夕食	米飯 豚肉の炒め物ゴマたれかけ 小松菜とハムのサラダ 味噌汁 青かっぱ漬	米飯 あじのごま照焼き オクラの和え物 小松菜とベーコンのソテー しその寒漬	米飯 豆腐と豚肉のチリソース 青梗菜の中華あえ 味噌汁 赤かっぱ漬	米飯 ホキのマヨネーズ焼き 豆苗とツナのサラダ 味噌汁 ピーマン漬	米飯 豚肉のソテーマトソース 菜の花のゆずカツオあえ 法連草とハムの炒め物 たくあん	米飯 メバルの七味焼き 胡瓜の白ドレサラダ 茄子の味噌煮 つぼ漬	米飯 牛肉と里芋の五目煮 茄子の含め煮 マカロニサラダ しば漬
3時	レモンケーキ 紅茶	まがりせんべい お茶	紅茶ゼリー ドリンクヨーグルト	練り切り（ひまわり） お茶	ココア蒸しパン 紅茶	たい焼き お茶	ミニオールドファッション コーヒー
	エネルギー 1529kcal 蛋白質 50.5g 脂質 49.2g 炭水化物 214.6g 食塩 7.8g 食物繊維 11.5g	エネルギー 1528kcal 蛋白質 57.8g 脂質 48.1g 炭水化物 211.5g 食塩 6.6g 食物繊維 13.1g	エネルギー 1645kcal 蛋白質 58.9g 脂質 42.6g 炭水化物 249.7g 食塩 7.2g 食物繊維 10.8g	エネルギー 1611kcal 蛋白質 60.2g 脂質 44.9g 炭水化物 233.5g 食塩 7g 食物繊維 12.5g	エネルギー 1566kcal 蛋白質 56g 脂質 45.1g 炭水化物 229.5g 食塩 5.3g 食物繊維 10.7g	エネルギー 1572kcal 蛋白質 52.6g 脂質 39.6g 炭水化物 248.6g 食塩 6.9g 食物繊維 11.1g	エネルギー 1675kcal 蛋白質 脂質 60.1g 炭水化物 225.5g 食塩 5.7g 食物繊維 11.5g

