

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：2024/8/5～2024/8/11

| | 月 5 | 火 6 | 水 7 | 木 8 | 金 9 | 土 10 | 日 11 |
|----|--|--|--|---|---|---|---|
| 朝食 | パナソニックコッペ パン 牛乳 | マルロ30g × 2 オレツ 牛乳 | 黒糖みるく 白桃缶 牛乳 | レズンドツカ パン 牛乳 | メロンパン ミカ缶 牛乳 | ワッサンニッシュ 洋ナシ缶 牛乳 | クリームエスカルゴ パン 牛乳 |
| 昼食 | 米飯 ハンバーグデミグラスソース シロナとツナのゆず和え アスパラのソテー 味噌汁 ふりかけ | 米飯 鱈のチーズ焼き 冷や奴 白菜のコンソメ炒め 味噌汁 ふりかけ | 米飯おにぎり 冷やしかき揚げうどん さつま芋の煮物 ブロッコリーとハムの和風サラダ | 米飯 ぶりの焼き浸し 筍土佐煮 キャベツとかまぼこの和え物 清汁 ふりかけ | 米飯 ピザソースかつ 野菜炒め ブドウゼリー コンソメスープ ふりかけ | 米飯 鱈の西京焼き オクラの胡麻和え 干しエビ入り玉子焼き 清汁 ふりかけ | 木の葉丼 むかしのコロケ ピーチムース 味噌汁 |
| 夕食 | 米飯 メバルの磯部焼 ひき肉と豆苗のコンク炒め キャベツのピーナツ和え 桜漬け | 米飯 肉じゃが 青梗菜の醤油あえ 里芋のあんかけ たくあん | 米飯 ほきのホイル焼き風 春菊とかにかまの和えもの 味噌汁 つぼ漬け | 米飯 焼き肉風 人参サラダ 大根の煮物 ピーマン漬け | 米飯 ホッケの照り焼き シロナのごまあえ 味噌汁 青かつば漬 | 米飯 鶏肉の和風カレー焼き 春雨の棒棒鶏トレあえ 味噌汁 しその実漬 | 米飯 マスのムニエルポットソース風 ビーフンのサラダ 菜の花とフランスの洋風煮 赤かつば漬 |
| 3時 | 黒糖饅頭 お茶 | マフィン 紅茶 | やわらかクリーム大福 お茶 | フルーツポンチ コーヒー | もみじまんじゅう お茶 | チョコバナナ 紅茶 | 抹茶蒸しパン お茶 |
| | エネルギー 1664kcal 蛋白質 55.2g 脂質 50.3g 炭水化物 238.5g 食塩 1g 食物繊維 22.3g | エネルギー 1541kcal 蛋白質 52.7g 脂質 46.6g 炭水化物 223g 食塩 6.9g 食物繊維 10.8g | エネルギー 1570kcal 蛋白質 46.9g 脂質 41.7g 炭水化物 247.4g 食塩 7.2g 食物繊維 13.5g | エネルギー 1542kcal 蛋白質 48.3g 脂質 45.1g 炭水化物 231.5g 食塩 5.5g 食物繊維 9.8g | エネルギー 1583kcal 蛋白質 46.9g 脂質 46.5g 炭水化物 238.5g 食塩 6.9g 食物繊維 9g | エネルギー 1524kcal 蛋白質 61.3g 脂質 49.4g 炭水化物 197.9g 食塩 7g 食物繊維 9.1g | エネルギー 1636kcal 蛋白質 脂質 47.1g 炭水化物 食塩 5.8g 食物繊維 11.1g |

