

## 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：2024/8/19～2024/8/25

	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23	土 24	日 25
朝食	黒糖みるく 黄桃缶 牛乳	メロンパン バナナ 牛乳	カスタードクリームパン パン 牛乳	マルロ-#30g×2 洋ナシ缶 牛乳	カスタードロール オレンジ 牛乳	なつかしあんぱん バナナ 牛乳	ミニ山シュガー 白桃缶 牛乳
昼食	米飯 八宝菜 揚げ春巻き マセドアンサラダ 中華スープ ふりかけ	米飯 鯖の利休焼き ヒジキの煮物 三度豆のピーナツ和え 味噌汁 ふりかけ	ミンチカツカレー コールスローサラダ 青りんごゼリー 福神漬	米飯 鯖の柚子胡椒焼き 高野の煮つけ 白菜とトマトのサラダ 味噌汁 ふりかけ	米飯 おろしポン酢ハンバーグ かたろろとツナのゴマドレあえ 菜の花の炒め物 味噌汁 ふりかけ	米飯おにぎり ひやむぎ 里芋のジャーマンポト風 春菊の和え物	米飯 鶏肉と野菜の味噌炒め なすの炒め煮 青梗菜の醤油マヨあえ コンソメスープ ふりかけ
夕食	米飯 マスのネギ味噌焼き ハムと玉ねぎのサラダ 味噌汁 青かつば漬	米飯 豆腐の肉あんかけ 長芋の梅あえ 小松菜の煮浸し たくあん	米飯 メバルの甘酢あんかけ 菜の花のゴマ浸し 味噌汁 しば漬	米飯 ホークチーオオソース 茄子の甘辛炒め 胡瓜の和風あえ つぼ漬	米飯 ぶりの塩焼き 胡瓜とモズクの酢の物 厚揚げの煮物 ピーマン漬	米飯 ポークチャップ風 白菜と人参のゴマ和え 味噌汁 赤かつば漬	米飯 ホッケの煮つけ そら豆の豆苗のサラダ たけのこのおかか煮 しその実漬
3時	乳華饅頭 お茶	いちごアイス 紅茶	黒ポー お茶	アップルティーケーキ コーヒー	おかき（きな粉味） お茶	ソーダゼリー 紅茶	長崎がら（1/2） お茶
	エネルギー 1675kcal 蛋白質 57.1g 脂質 53g 炭水化物 234.9g 食塩 7.7g 食物繊維 10.4g	エネルギー 1601kcal 蛋白質 54g 脂質 43.2g 炭水化物 247.2g 食塩 5.4g 食物繊維 13.2g	エネルギー 1650kcal 蛋白質 48.6g 脂質 51.7g 炭水化物 244.5g 食塩 6.4g 食物繊維 13.1g	エネルギー 1600kcal 蛋白質 57.7g 脂質 49.3g 炭水化物 223.4g 食塩 7.1g 食物繊維 7.2g	エネルギー 1600kcal 蛋白質 54.5g 脂質 64.6g 炭水化物 192g 食塩 6.1g 食物繊維 10.7g	エネルギー 1553kcal 蛋白質 50.6g 脂質 32.7g 炭水化物 263.1g 食塩 7.8g 食物繊維 17g	エネルギー 1582kcal 蛋白質 50.6g 脂質 46.3g 炭水化物 226.9g 食塩 6.2g 食物繊維 11g

