

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：2024/9/9～2024/9/15



	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14	日 15
朝食	黒糖ロールパン バナナ 牛乳	ワッパン [®] ニッシュ パン 牛乳	クリームエスカルゴ 黄桃缶 牛乳	ハ [®] ターシュガ [®] -コッパ [®] 洋ナシ缶 牛乳	ストロベリーツイスト オレンジ 牛乳	レス [®] ソド [®] ツッガ [®] バナナ 牛乳	マル [®] -ル30g × 2 白桃缶 牛乳
昼食	米飯 鯨の蒲焼風 ごぼうのオイスターソース炒め 棒棒鶏 味噌汁 ふりかけ	米飯 鹿児島県産黒豚メンチカツ 小松菜のお浸し さつま芋の煮物 味噌汁 ふりかけ	米飯 鱈の蒸し焼きネギソース 里芋のあんかけ キャベツのわさび和え 中華スープ ふりかけ	菜飯おにぎり わかめきざみうどん ゆかり入り卵焼き 菜の花とあさりのおかか和え	米飯 ブリの煮つけ 冷奴 茄子のそぼろあんかけ 味噌汁 ふりかけ	米飯 お好み焼き 野菜サラダ ピーマンとツナの炒めもの 味噌汁 ふりかけ	**松花堂弁当** きのご御飯 メバルの西京焼き 高野豆腐の海老あんかけ 菜の花のからし和え すまし汁
夕食	米飯 豆腐チャンプルー アスパラとハムの和風サラダ じゃが芋の炒め物 しその実漬	米飯 鯖のピリ辛焼き カリフラワーとかにかまのサラダ 山菜の炒め煮 シバ漬け	米飯 肉じゃが [®] 白菜とかまぼこのゆず醤油あえ 味噌汁 ビーマン漬	米飯 ホッケのごま焼き シロナとハムのゆずかつおあえ 味噌汁 赤かつば漬	米飯 鶏肉の生姜焼き おろし和え 蓮根の炒め物 たくあん	米飯 マスの山椒焼き もやしとわかめの胡麻和え さつま芋とベーコンの炒め物 青かつば漬	米飯 豚肉のチャプチェ シロナの梅風味あえ オクラと卵の炒め物 桜漬け
3時	ハ [®] タークッキー コーヒー	鯛饅頭 お茶	ハ [®] -ムロール 紅茶	黒みつきな粉寒天 お茶	ムースシュー コーヒー	きなこ蒸しパン お茶	クーベルチュールショコラ 紅茶
	エネルギー 1584kcal 蛋白質 59.5g 脂質 39.5g 炭水化物 241.6g 食塩 3g 食物繊維 9.7g	エネルギー 1652kcal 蛋白質 50.4g 脂質 54.7g 炭水化物 231.9g 食塩 7.2g 食物繊維 10.3g	エネルギー 1661kcal 蛋白質 49g 脂質 55.6g 炭水化物 234.6g 食塩 6.4g 食物繊維 12.2g	エネルギー 1514kcal 蛋白質 53.8g 脂質 40.5g 炭水化物 228.8g 食塩 9g 食物繊維 10.1g	エネルギー 1634kcal 蛋白質 63g 脂質 55.1g 炭水化物 212.9g 食塩 6.3g 食物繊維 8.7g	エネルギー 1635kcal 蛋白質 53.1g 脂質 43.4g 炭水化物 256.2g 食塩 6g 食物繊維 12.2g	エネルギー 1553kcal 蛋白質 61.3g 脂質 40.4g 炭水化物 229.9g 食塩 7.2g 食物繊維 10.0g

