

## 皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】

※アレルギー対応メニューは、アレルギー表示のメニューをご覧ください。

	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)
主菜	ホキの揚げ煮風	ポークカレー	若鶏の梅肉焼 ミートマカロニ グラタン	サバの味噌煮風 (骨ごと)	若鶏の玉子とじ煮	肉団子 和風甘酢あんかけ
副菜1	里芋の煮物	コーンフライ	五目金平煮	じゃが芋の旨煮	蒸ぎょうざ	玉子豆腐
副菜2	春雨の酢の物	生野菜サラダ	ほうれん草ごま和え	キャベツかに和え	スパサラダ	ツナサラダ
カロリー	240kcal	303kcal	209kcal	336kcal	340kcal	283kcal
たんぱく質	13.0g	10.9g	13.5g	14.4g	20.0g	12.7g
脂質	7.6g	15.4g	9.7g	16.9g	17.1g	13.8g
塩分	2.4g	2.9g	3.0g	2.3g	3.4g	2.9g

\*材料の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

\* (骨ごと) となっている魚料理は、骨ごと召し上がれるように柔らかく調理したことになります。

\*残った食材については返却していただきますよう、よろしくお願い致します。

\*賞味期限は午後2時までとなっておりますので、ご了承ください。

## 介護麺定食

※アレルギー対応メニューは、アレルギー表示のメニューをご覧ください。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	
麺	麺休み	冷大豆ミートのピリ辛担々麺	冷山菜たぬきうどん	冷干しエビの刺み海苔おろしそば	冷蒸し鶏とキムチのませ麺	
熱量		エネルギー-370kcal たんぱく質17.6g	エネルギー-373kcal たんぱく質8.2g	エネルギー-266kcal たんぱく質13.7g	エネルギー-281kcal たんぱく質15.2g	
塩分		脂質10.0g 塩分4.8g	脂質7.3g 塩分3.7g	脂質1.4g 塩分3.0g	脂質3.0g 塩分4.0g	
ごはん		若布御飯	若菜と梅しそ御飯	おにぎり(昆布)	若布と鮭御飯	麺休み
熱量		エネルギー-192kcal たんぱく質3.0g	エネルギー-193kcal たんぱく質3.1g	エネルギー-199kcal たんぱく質6.9g	エネルギー-193kcal たんぱく質3.3g	
塩分		脂質0.7g 塩分1.0g	脂質0.7g 塩分0.8g	脂質0.7g 塩分0.5g	脂質0.6g 塩分0.8g	
おかず		生野菜サラダ 和風ゆず醤油ドレッシング	生野菜サラダ コールスロウドレッシング	生野菜サラダ ごまクリーミードレッシング	生野菜サラダ 和風ゆず醤油ドレッシング	
熱量		エネルギー-48kcal たんぱく質1.4g	エネルギー-59kcal たんぱく質1.0g	エネルギー-76kcal たんぱく質1.4g	エネルギー-36kcal たんぱく質1.2g	
塩分		脂質1.8g 塩分0.5g	脂質4.7g 塩分0.7g	脂質5.1g 塩分0.3g	脂質1.6g 塩分0.9g	

※介護麺の注文は前日14:00(月曜日は前週金曜日14:00)までで締切となります。

※温かい麺は小袋のめんつゆ(希釈タイプ)に適量の熱湯をかけてお召し上がりください。

※冷たい麺のめんつゆはストレートタイプになります

(株)フードサービストーク