

# 皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)
主菜	麻婆春雨	若鶏の塩こうじ焼 カニグラタン	メバルの煮付風 チキン八幡巻	ハヤシライス	甘酢あんかけ 肉団子	鮭のメンチカツ
副菜1	エビ入蒸ぎょうざ	じゃが芋と椎茸の煮物	茄子の味噌煮	コーンフライ	手作り玉子焼 (ツナ)	金平牛蒡
副菜2	蒸し鶏マヨサラダ	もやしの酢の物	生野菜マヨサラダ	大根サラダ	バジリコスパゲティ	白菜のお浸し
カロリー	284kcal	305kcal	294kcal	333kcal	294kcal	224kcal
たんぱく質	15.5g	15.3g	13.5g	10.8g	16.0g	6.4g
脂質	12.2g	13.3g	16.8g	17.0g	10.8g	9.1g
塩分	2.6g	3.2g	2.4g	3.2g	3.6g	1.8g

\*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ものになります。

\*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



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日
麺	まぜそば	冷海老かき揚げそば	冷明太とろろうどん	冷味噌ラーメン	冷なめ茸オクラそば	麺休み
熱量	エネルギー379kcal たんぱく質14.3g	エネルギー364kcal たんぱく質12.5g	エネルギー252kcal たんぱく質7.6g	エネルギー356kcal たんぱく質16.8g	エネルギー344kcal たんぱく質12.2g	
塩分	脂質12.4g 塩分3.5g	脂質6.9g 塩分2.9g	脂質1.2g 塩分2.2g	脂質8.9g 塩分3.5g	脂質6.0g 塩分3.9g	
ごはん	かおり御飯	おにぎり(昆布)	若布としらす御飯	のり玉ふりかけ御飯	太巻寿司	
熱量	エネルギー190kcal たんぱく質2.9g	エネルギー199kcal たんぱく質6.9g	エネルギー192kcal たんぱく質3.4g	エネルギー198kcal たんぱく質3.2g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g	
塩分	脂質0.4g 塩分0.9g	脂質0.7g 塩分0.5g	脂質0.6g 塩分1.0g	脂質1.0g 塩分0.3g	脂質1.1g 塩分0.2g	
おかず	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	生野菜サラダ コールスロドレッシング	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76kcal たんぱく質1.4g	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5.1g 塩分0.3g	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