

# 皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)
主菜	豚肉の甘辛煮	タレメンチ	あぶり焼チキン ツナグラタン	ぶりの蒲焼	クリームシチュー	豚ロースの蒸焼 デミソース
副菜1	南瓜甘煮	大根としめじの煮物	白菜の煮物	ひじきの煮物	トマトミートオムレツ	じゃが芋の塩煮
副菜2	キャベツと若布のドレサラダ	たらこスパゲティ	もやし中華酢	マカロニサラダ	生野菜サラダ	カニサラダ
カロリー	222kcal	349kcal	272kcal	325kcal	310kcal	320kcal
たんぱく質	10.7g	10.9g	12.9g	16.4g	9.7g	14.3g
脂質	5.2g	16.4g	12.5g	18.4g	14.9g	17.6g
塩分	2.9g	3.2g	2.9g	2.6g	3.6g	2.8g

\*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します。

\*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8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日
麺	冷茶そば	冷塩ラーメン	冷ピリ辛しゃぶしゃぶうどん	冷鶏ささみ天そば	冷中華(醤油)	麺休み
熱量	エネルギー367kcal たんぱく質12.9g	エネルギー287kcal たんぱく質12.5g	エネルギー373kcal たんぱく質16.3g	エネルギー363kcal たんぱく質20.1g	エネルギー306kcal たんぱく質18.8g	
塩分	脂質8.7g 塩分3.2g	脂質5.9g 塩分5.4g	脂質8.7g 塩分4.3g	脂質7.5g 塩分3.1g	脂質3.0g 塩分5.9g	
ごはん	稲荷寿司	かつおふりかけ御飯	若布と高菜御飯	枝豆御飯	おにぎり(梅)	
熱量	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g	エネルギー197kcal たんぱく質3.5g	エネルギー193kcal たんぱく質3.2g	エネルギー208kcal たんぱく質4.6g	エネルギー191kcal たんぱく質6.7g	
塩分	脂質4.6g 塩分0.4g	脂質0.9g 塩分0.2g	脂質0.6g 塩分0.9g	脂質1.4g 塩分0.1g	脂質0.7g 塩分0.6g	
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