

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】

	9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)
主 菜	エビ天 鶏天 オクラ天	麻婆春雨	豆腐ハンバーグ そばろあんかけ	ハヤシライス	若鶏の塩こうじ焼 カニグラタン	メバルの煮付風
副 菜1	高野豆腐の煮物	エビ入蒸ぎょうざ	茄子の味噌煮	オムレツ	大根と油揚げの煮物	じゃが芋カレー風味 煮
副 菜2	ツナサラダ	ボイルキャベツ塩昆布和え	たらこスパゲティ	生野菜サラダ	おくらなめ茸和え	蒸し鶏マヨサラダ
カロリー	382kcal	206kcal	355kcal	236kcal	250kcal	238kcal
たんぱく質	17.0g	13.4g	10.3g	11.4g	12.6g	14.9g
脂 質	20.9g	5.2g	21.8g	11.1g	12.3g	9.2g
塩 分	2.2g	2.6g	2.8g	3.2g	2.8g	2.2g

*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 麵 定 食

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日
麵	🍜 麵 休 み			冷味噌ラーメン	冷なめ茸おくらそば	麵 休 み
熱量				エネルギー337cal たんぱく質16.2g	エネルギー344kcal たんぱく質12.2g	
塩分				脂質5.8g 塩分3.5g	脂質6.0g 塩分3.9g	
ごはん				のり玉ふりかけ御飯	おにぎり(梅)	
熱量				エネルギー198kcal たんぱく質3.2g	エネルギー191kcal たんぱく質6.7g	
塩分				脂質1.0g 塩分0.3g	脂質0.7g 塩分0.6g	
おかず				生野菜サラダ	生野菜サラダ	
				ごまクリーミードレッシング	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36kcal たんぱく質1.2g	
塩分				脂質5.1g 塩分0.3g	脂質1.6g 塩分0.9g	

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

※温かい麵は小袋のめんつゆ(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。

※冷たい麵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