

皿盛り スマイルケア食【昼食メニュー】



	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)
主菜	ホッケの塩焼	クリームシチュー	ハンバーグ きのこあんかけ	ハムベーコン クランチカツ コーングラタン	麻婆白菜	エビフライ
副菜1	茄子煮浸し	菜の花入オムレツ	白菜の煮物	里芋の旨煮	手作り玉子焼 (カニ)	キャベツのツナ煮
副菜2	カニサラダ	大根サラダ	トマトチーズスパゲティ	三色なます	若布のナムル	春雨中華酢
カロリー	263kcal	277kcal	337kcal	320kcal	202kcal	396kcal
たんぱく質	13.7g	8.5g	14.2g	10.1g	11.6g	11.5g
脂質	18.2g	12.9g	16.5g	15.0g	9.1g	23.3g
塩分	2.5g	3.3g	3.6g	2.8g	3.0g	2.7g

*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
	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日
麺	温カレーそば	温ちゃんぽん麺	温チゲみそうどん	温鶏ささみ天そば	🍜 麺休み	麺休み
熱量	エネルギー429kcal たんぱく質20.6g	エネルギー272kcal たんぱく質15.4g	エネルギー354kcal たんぱく質15.8g	エネルギー378kcal たんぱく質21.0g		
塩分	脂質10.0g 塩分8.5g	脂質3.5g 塩分4.4g	脂質9.0g 塩分5.1g	脂質7.5g 塩分7.0g		
ごはん	もち麦御飯	おにぎり(昆布)	若布としらす御飯	太巻寿司	🍜 麺休み	麺休み
熱量	エネルギー232kcal たんぱく質4.2g	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178kcal たんぱく質4.6g		
塩分	脂質0.6g 塩分0.0g	脂質0.7g 塩分0.5g	脂質0.5g 塩分1.0g	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	🍜 麺休み	麺休み
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		
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		

※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