2021/9/20

# 週間献立(デイサービス)

| | 9月27日(月) | 9月28日(火) | 9月29日(水) | 9月30日(木) | 10月1日(金) | 10月2日(土) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 昼 | わかめおにぎり<br>ちゃんぽん<br>ブロッコリー和風サラダ<br>フルーツ(オレンジ) | 親子丼<br>具だくさん味噌汁<br>小柱のサラダ<br>漬物(たくあん) | ご飯<br>みそ汁(えのき・人参)<br>カレイの和風ムニエル<br>付)野菜ソテー<br>厚揚げのおかか煮<br>アスパラサラダ | とうもろこしご飯<br>清汁(とろろ)<br>コロッケ<br>付)キャベツ・トマト<br>ひじきの炒り煮<br>春菊の錦糸のせ | 赤飯<br>清汁(花麩)<br>さばのしそ香焼き<br>付)もやしソテー<br>大根のカニあんかけ<br>さつま芋サラダ | ご飯<br>清汁(豆腐)<br>豚肉の味噌炒め<br>白菜と油揚げの煮浸し<br>彩り豆サラダ |
| 間食 | 紅葉まんじゅう<br>煎茶 | ココアワッフル<br>ミルクティー | ごまプリン<br>ほうじ茶 | シュークリーム<br>コーヒー | 黒糖まんじゅう<br>煎茶 | オレンジゼリー<br>紅茶 |
| 成分 | エネルギー 668 kcal<br>たんぱく質 19.9 g<br>脂質 20.0 g<br>塩分 2.9 g | エネルギー 649 kcal<br>たんぱく質 25.3 g<br>脂質 17.9 g<br>塩分 2.7 g | エネルギー 696 kcal<br>たんぱく質 22.2 g<br>脂質 30.3 g<br>塩分 2.5 g | エネルギー 679 kcal<br>たんぱく質 14.6 g<br>脂質 23.1 g<br>塩分 2.9 g | エネルギー 707 kcal<br>たんぱく質 21.4 g<br>脂質 21.8 g<br>塩分 3.2 g | エネルギー 747 kcal<br>たんぱく質 22.0 g<br>脂質 32.3 g<br>塩分 1.7 g |

※仕入れの都合により献立・食材が変更になる場合がございますのでご了承ください。