

長谷工シニアウエルデザインーブランシエールケア常盤台

| | | 2026年5月10日(日) | 2026年5月11日(月) | 2026年5月12日(火) | 2026年5月13日(水) | 2026年5月14日(木) | 2026年5月15日(金) | 2026年5月16日(土) |
|----|----|--|--|---|--|---|---|---|
| 朝食 | 和食 | ご飯 さわら焼き魚 青菜ごま和え 味噌汁 | ご飯 京ガンモ煮物 もやし和え 味噌汁 | ご飯 巢ごもり卵 海藻サラダ 味噌汁 | ご飯 野菜の味噌煮 納豆 味噌汁 | ご飯 煮やっこそぼろあんかけ お浸し 味噌汁 | ご飯 いり卵(むき海老) 切り干し大根煮物 味噌汁 | 黒糖パン サーモンサラダ トマトコンソメスープ |
| | | エネルギー たんぱく質 食塩 | 414kcal 22.9g 2.0g | 420kcal 17.5g 2.0g | 446kcal 20.4g 2.2g | 418kcal 16.9g 2.0g | 409kcal 18.3g 2.1g | 490kcal 19.9g 2.1g |
| | 洋食 | 食パン さわら焼き魚 青菜サラダ添え スープ | 食パン 京ガンモの炒め物 スープ | 食パン 温玉サラダ スープ | 食パン 野菜のトマト煮 スープ | 食パン 煮やっこそぼろあんかけ スープ | 食パン いり卵(むき海老) スープ | 黒糖パン サーモンサラダ トマトコンソメスープ |
| | | エネルギー たんぱく質 食塩 | 467kcal 25.4g 2.2g | 457kcal 18.7g 2.3g | 420kcal 21.9g 2.3g | 422kcal 16.5g 2.2g | 427kcal 19.2g 2.3g | 489kcal 20.4g 2.2g |
| 昼食 | 昼食 | 木の葉丼 ささみと胡瓜のおろし和え チョコレートババロア 味噌汁 | ご飯 赤魚生姜煮 炊き合わせ 辛子マヨネーズ和え 吸い物 お新香 | ロールパン クリームシチュー サラダ フルーツゼリー | ご飯 半ペンチーズ揚げ たけのこ土佐煮 煮豆 吸い物 お新香 | ご飯 鶏肉のイタリアンソテー ふきと湯葉の煮びたし 大根しそドレ和え 吸い物 お新香 | トマトクリームパスタ 玉ちしやサラダ コーヒーゼリー スープ お新香 | ご飯 豚肉の香草パン粉焼き 根菜煮物 青菜和え 味噌汁 お新香 |
| | | エネルギー たんぱく質 食塩 | 497kcal 25.4g 2.6g | 535kcal 22.6g 2.8g | 589kcal 19.6g 2.8g | 612kcal 25.4g 2.9g | 594kcal 22.5g 3.1g | 590kcal 26.8g 3.2g |
| 夕食 | 夕食 | <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>母の日 特別膳</p>  </div> | ご飯 肉じゃが 胡桃あえ 焼き茄子 つみれ汁 デザート (果物) | ご飯 ブリ塩焼き 根菜煮物 白菜ナメ茸和え 味噌汁 デザート (果物) | ご飯 ミートローフ ヨーグルトソースサラダ おひたし スープ デザート (抹茶カステラ) | ご飯 さわらの木の芽味噌焼き 炒り鶏 ひじき白和え 吸い物 デザート (果物) | ご飯 肉団子黒酢からめ シーフードサラダ 浅漬け 味噌汁 デザート (フルーツヨーグルト) | ご飯 スズキのさんしょ焼き 炊き合わせ お浸し 吸い物 デザート (果物) |
| | | | エネルギー たんぱく質 食塩 | 618kcal 25.0g 2.9g | 565kcal 28.3g 2.9g | 631kcal 27.7g 3.0g | 600kcal 24.5g 2.7g | 581kcal 23.6g 3.0g |

献立は予告無く変更することがあります。

木の葉丼は、卵でとじたかまぼこやさつま揚げなどの具材を使った関西地方の伝統的な丼料理です。出汁に醤油、みりん、砂糖を使い、関西特有の優しい味付けが特徴です。具材の旨味が引き立ちます！かまぼこ、さつま揚げは魚のすり身で作られてるため、たんぱく質を豊富に摂取できます。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります

