

長谷工シニアウェルデザインーブランドシールケア常盤台

		2026年8月2日(日)	2026年8月3日(月)	2026年8月4日(火)	2026年8月5日(水)	2026年8月6日(木)	2026年8月7日(金)	2026年8月8日(土)	
朝食	和食	ご飯 焼きはんぺん 梅和え 味噌汁	ご飯 冷奴 切り干し大根煮 味噌汁	ご飯 鮭の塩焼き 中華和え 味噌汁	ご飯 竹輪の煮物 納豆 味噌汁	ご飯 巢ごもり卵 金平大根 味噌汁	ご飯 盛り合わせ いり豆腐 味噌汁	チキンサンド サラダ ポタージュスープ	
		エネルギー たんぱく質 食塩	482kcal 18g 2.7g	458kcal 20g 2.6g	467kcal 20g 2.6g	472kcal 20g 2.9g	451kcal 19g 2.6g	479kcal 20g 2.7g	438kcal 19g 2.8g
		洋食	食パン はんぺんソテー スープ	食パン 豆腐サラダ スープ	食パン 鮭のバター焼き スープ	食パン 目玉焼き スープ	食パン ミックスサラダ スープ	食パン 具だくさんスープ ほうれん草サラダ	チキンサンド サラダ ポタージュスープ
	エネルギー たんぱく質 食塩	465kcal 20g 2.6g	447kcal 20g 2.6g	475kcal 20g 2.6g	466kcal 18g 2.7g	456kcal 20g 2.6g	476kcal 18g 2.9g	438kcal 19g 2.8g	
	昼食	昼食	ご飯 春巻き 当座煮 長芋わさびあえ 味噌汁 お新香	ご飯 豚肉生姜焼き おくらの和え物 里芋の煮ころがし 吸い物 おしんこ	わかめご飯 鰯の味噌マヨ焼き 冬瓜のくず煮 お浸し 吸い物	ご飯 ハヤシライス マカロニサラダ コーヒーゼリー コンソメスープ 福神漬け	ご飯 エビシュウマイ お浸し 南瓜のそぼろ煮 吸い物 お新香	スパゲティ ナポリタン レタスサラダ コンソメスープ 牛乳かん	ご飯 メダイしそ焼き 青菜の胡麻和え 卵の花 味噌汁
			エネルギー たんぱく質 食塩	596kcal 25g 3.1g	599kcal 25g 3.0g	561kcal 26g 3.0g	605kcal 25g 3.0g	586kcal 25g 3.0g	579kcal 24g 3.1g
夕食	夕食	ご飯 蒸し鶏ごまソース あんかけ豆腐 お浸し 吸い物 デザート (どら焼き)	ご飯 スズキのから揚げ 高野豆腐の含め煮 七味和え 味噌汁 デザート (栗饅頭)	ご飯 豚肉のトマト煮 えび炒め さつま芋サラダ スープ デザート (果物)	ご飯 刺身盛り合わせ 五目野菜炒め 白和え 吸い物 デザート (ようかん)	ご飯 鶏肉のチーズ焼き オーロラサラダ 酢の物 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 鰯煮付 鶏団子炊き合わせ 焼き茄子 味噌汁 デザート (バナナ饅頭)	ご飯 肉団子黒酢からめ シーフードサラダ 浅漬け スープ デザート (果物)	
		エネルギー たんぱく質 食塩	553kcal 26g 3.0g	592kcal 30g 3.1g	601kcal 27g 3.0g	561kcal 30g 3.0g	619kcal 30g 3.0g	588kcal 29g 3.0g	621kcal 26g

献立は予告無く変更することがあります。

8月に入り本格的な夏になりました。館内は冷房が効いており汗をかくことが少ないと思いますが、喉が渇いていなくても体は水分を欲しています。こまめな水分補給をして脱水症を予防していきましょう。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります

