

長谷エシニアウェルデザインープランシエールケア常盤台

		2024年5月12日(日)	2024年5月13日(月)	2024年5月14日(火)	2024年5月15日(水)	2024年5月16日(木)	2024年5月17日(金)	2024年5月18日(土)
朝食	和食	ご飯 目玉焼き 青菜お浸し 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 煮奴そぼろあんかけ お浸し 味噌汁	ご飯 いり卵 切り干し大根煮物 味噌汁	黒糖パン サーモンサラダ トマトスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	479kcal 20g 2.7g	420kcal 18g 3.0g	447kcal 20g 2.9g	488kcal 17g 2.9g	460kcal 18g 2.6g	477kcal 19g 2.5g
	洋食	パン・バター 目玉焼き スープ	パン・バター 魚のソテー スープ	パン・バター ミックスサラダ スープ	パン・バター 野菜のコンソメ煮 豆腐サラダ	パン・バター オムレツそぼろあんかけ スープ	パン・バター いり卵 スープ	黒糖パン サーモンサラダ トマトスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	457kcal 19g 2.6g	454kcal 21g 2.5g	446kcal 21g 2.8g	460kcal 18g 2.7g	477kcal 16g 2.8g	457kcal 21g 2.6g
昼食	昼食	パン クリームシチュー サラダ オレンジゼリー	ご飯 さわらの煮付け 炊き合わせ 辛子マヨネーズ和え 吸い物 お新香	ご飯 鶏肉イタリアンソテー 山菜煮びたし 大根しそドレ和え 吸い物 お新香	桜エビとしらすのご飯 温泉卵の野菜あん たけのこ土佐煮 菜の花のお浸し 吸い物 お新香	豚どん レタス・海藻サラダ 浅漬け けんちん汁	トマトクリームパスタ 玉ちしゃサラダ コーヒーゼリー スープ お新香	ご飯 鶏肉の青じそ焼き 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	562kcal 25g 3.1g	592kcal 26g 3.0g	582kcal 24g 3.0g	543kcal 26g 3.1g	598kcal 25g 3.2g	593kcal 30g 3.1g
夕食	夕食	母の日特別膳 	ご飯 肉じゃが 胡桃あえ 焼き茄子 つみれ汁 デザート (フレンチトースト)	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 サラダ おひたし スープ デザート (果物)	ご飯 魚の木の芽味噌焼き 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 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		609kcal 25g 3.0g	593kcal 26g 3.2g	601kcal 27g 3.0g	566kcal 30g 3.0g	600kcal 25g 3.1g

献立は予告無く変更することがあります。
 17日の「玉ちしゃサラダ」はレタスのサラダになります。レタスは切り口から白い液が出る事から「乳草」とも呼ばれており、そこからつけられた名前だと言われています。
 各フロアでお食事の方のデザートは15時になります

