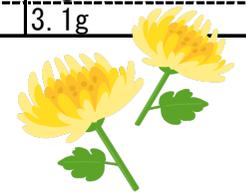


長谷エシニアウェルデザインーブランドシエールケア常盤台

		2024年9月8日(日)	2024年9月9日(月)	2024年9月10日(火)	2024年9月11日(水)	2024年9月12日(木)	2024年9月13日(金)	2024年9月14日(土)
朝食	和食	ご飯 盛り合わせ 切り干し大根煮物 味噌汁	ご飯 冷奴豆腐 竹輪七味煮 味噌汁	ご飯 秋鮭の焼き浸し おかか和え 味噌汁	ご飯 半ペンしそ焼き 納豆 味噌汁	ご飯 さつま揚げ煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁	ご飯 焼きししゃも おかか和え 味噌汁	エッグサンド グリーンサラダ パンプキンスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	443kcal 16g 2.8g	465kcal 18g 2.9g	454kcal 20g 2.8g	450kcal 19g 2.5g	469kcal 20g 2.9g	442kcal 18g 2.8g
	洋食	パン オムレツ スープ	パン 豆腐サラダ スープ	パン 鮭のバター焼き スープ	パン はんぺんソテー スープ	パン 目玉焼き スープ	パン ミートボールケチャップ炒め スープ	エッグサンド グリーンサラダ パンプキンスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	468kcal 16g 2.8g	459kcal 18g 2.5g	459kcal 23g 2.4g	447kcal 20g 2.8g	458kcal 18g 2.8g	460kcal 16g 2.5g
昼食	昼食	ご飯 ハヤシライス コーンサラダ ババロア スープ 福神漬け	ご飯 えびシュウマイ 冬瓜煮物 キムチ和え 味噌汁 お新香	ご飯 擬製豆腐 ポテトサラダ 中華和え 吸い物 お新香	ご飯 さわらの田楽焼き 大豆煮豆 ナメタケ和え 吸い物 お新香	切り干しご飯 茄子のそぼろあん たたきごぼう お浸し 味噌汁 お新香	トマトクリームパスタ 玉ちしゃサラダ マンゴーゼリー スープ お新香	ご飯 豚肉のイタリアンソテー 山菜の炒め煮 大根梅和え 味噌汁 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩	601kcal 26g 3.1g	576kcal 25g 3.0g	587kcal 25g 3.0g	596kcal 27g 3.1g	591kcal 26g 3.1g	595kcal 27g 3.0g
夕食	夕食	ご飯 鱈の煮付け 根菜と糸昆布の煮物 ごま和え 味噌汁 デザート	重陽の節句 菊寿司 高野豆腐含め煮 お浸し 吸い物 デザート (菊練り切)	ご飯 タラのトマト煮 鶏肉の炒め煮 酢の物 味噌汁 デザート (果物)	胚麦ロールパン ポークシチュー トマトのマリネ デザート (林檎のコンポート)	ご飯 スズキのパン粉焼き もつ煮 もずくの酢の物 吸い物 デザート (果物)	ご飯 野菜と豚肉のボン酢和え 根菜の煮物 白菜ぬたあえ 吸い物 デザート (果物)	ご飯 金目鯛の生姜煮 野菜味噌炒め 青梗菜七味和え 吸い物 デザート (ミニたいやき)
		エネルギー たんぱく質 食塩	576kcal 30g 3.1g	600kcal 29g 3.1g	571kcal 30g 3.1g	592kcal 27g 3.2g	617kcal 28g 3.1g	592kcal 27g 3.0g

献立は予告無く変更することがあります。  
 9月9日は「重陽の節句」です。「菊のお節句」とも呼ばれるものです。無病息災や不老長寿を願う日と  
 言われています。菊を使用したメニューをご用意しております。  
 各フロアでお食事の方のデザートは15時になります



食用菊