

月間献立表

令和1年8月

デイサービスセンター新橋さくらの園

| | | 2019年8月1日(木) | | | 2019年8月2日(金) | | 2019年8月3日(土) | | | | | | |
|-----|--|---|---------------|--|---------------|--|---------------|--|---|---|---|---------|---|
| 昼食 | | 米飯 メルルーサのハーブ焼き キャベツとちくわのいため おくらのおかかあえ 味噌汁 | | | | | | 米飯 チキンカツ ラタトゥイユ カリフラワーの辛子マヨネーズ和え コンソメスープ | | 中華丼 春巻き 冷やし麦しるこ 中華スープ | | | |
| | | 339kcal | | 536kcal | | 631kcal | | | | | | | |
| | | 18.9g | | 23.4g | | 26.2g | | | | | | | |
| | | 5.6g | | 19.1g | | 21.5g | | | | | | | |
| | | 3.0g | | 3.2g | | 3.0g | | | | | | | |
| 栄養量 | | E | P | F | S | E | P | F | S | | | | |
| | | 2019年8月5日(月) | 2019年8月6日(火) | 2019年8月7日(水) | 2019年8月8日(木) | 2019年8月9日(金) | 2019年8月10日(土) | | | | | | |
| 昼食 | | 米飯 メンチカツ コールスローサラダ エリンギとコーンのソテー 味噌汁 | | 米飯 さわらの南部焼き 切り昆布と里芋の煮物 モロヘイヤのお浸し 味噌汁 | | 冷やし中華 焼き餃子 マンゴープリン | | 米飯 さばの竜田揚げおろしあん なすと人参の甘辛 カリフラワー甘酢 味噌汁 | | 夏野菜カレー ミモザサラダ フルーツ(バナナ) コンソメスープ 山の日行楽弁当 を作ります。 | | | |
| | | 591kcal | | 441kcal | | 519kcal | | 473kcal | | 557kcal | | 620kcal | |
| | | 19.8g | | 22.6g | | 19.4g | | 19.9g | | 18.7g | | 24.5g | |
| | | 24.1g | | 10.7g | | 16.6g | | 14.7g | | 23.4g | | 24.5g | |
| | | 2.7g | | 2.9g | | 4.0g | | 3.2g | | 3.2g | | 4.5g | |
| 栄養量 | | E | P | F | S | E | P | F | S | E | P | F | S |
| | | 2019年8月12日(月) | 2019年8月13日(火) | 2019年8月14日(水) | 2019年8月15日(木) | 2019年8月16日(金) | 2019年8月17日(土) | | | | | | |
| 昼食 | | 米飯 鮭のちゃんちゃん焼き 白身魚のやわらか豆腐 いんげんの和え物 味噌汁 | | 米飯 麻婆豆腐 青梗菜のクリーム煮 マンゴープリン 中華スープ | | 米飯 豚肉の味噌漬け焼き 冷ややっこ いんげんの生姜醤油 吸い物 | | 米飯 青ひらすの柚あん焼き 焼きなす 炒り豆腐 味噌汁 | | 米飯 牛肉と厚揚げの甘辛 ブロッコリーとかにかまのマヨネーズ和え じゃがいもとベーコンの煮ころがし 吸い物 | | | |
| | | 455kcal | | 496kcal | | 655kcal | | 477kcal | | 403kcal | | 647kcal | |
| | | 23.0g | | 20.7g | | 32.7g | | 21.2g | | 25.6g | | 23.7g | |
| | | 13.5g | | 14.3g | | 23.7g | | 20.1g | | 6.2g | | 27.9g | |
| | | 3.6g | | 3.0g | | 4.2g | | 2.6g | | 3.0g | | 3.6g | |
| 栄養量 | | E | P | F | S | E | P | F | S | E | P | F | S |

E:エネルギー P:タンパク質 F:脂質 S:塩分

献立は、都合により変更になることもあります。



月間献立表

令和1年8月

デイサービスセンター新橋さくらの園

| | | 2019年8月19日(月) | 2019年8月20日(火) | 2019年8月21日(水) | 2019年8月22日(木) | 2019年8月23日(金) | 2019年8月24日(土) |
|----|---|---|---|--|--|--|---|
| 昼食 | | 米飯 豚肉の生姜焼き パプリカマリネ ビーフソテー 吸い物 | 米飯 カレイのチリソース煮 とうがんひすい煮 カラフルゼリー寄せ かきたま汁 | 米飯 天ぷら たくあんの和え物 フルーツ(パパイア) 味噌汁 | 米飯 さわらの西京漬け 海老ボールの煮物 キャベツとホタテの和え物 味噌汁 | 米飯 鶏肉のトマト煮 きのことたまご炒め フルーツ(ぶどう) コンソメスープ | ちらしずし 冷やし鉢 水羊羹 吸い物 |
| | E | 571kcal | 390kcal | 390kcal | 403kcal | 364kcal | 431kcal |
| | P | 18.4g | 21.3g | 11.4g | 22.9g | 20.4g | 26.6g |
| | F | 26.3g | 5.9g | 10.3g | 7.9g | 4.7g | 8.5g |
| | S | 3.2g | 2.9g | 2.2g | 3.0g | 3.2g | 3.0g |
| | | 2019年8月26日(月) | 2019年8月27日(火) | 2019年8月28日(水) | 2019年8月29日(木) | 2019年8月30日(金) | 2019年8月31日(土) |
| 昼食 | | 米飯 メルルーサのカレムニエル なすの煮浸し 小松菜の辛子和え 味噌汁 | きつねそば じゃがいもとちくわいため フルーツ(メロン)  粋Cafe | 米飯 カレイのフリッター カリフラワーのソテー なめたけ豆腐 コンソメスープ | 米飯 鶏肉のマスタード焼き コールスローサラダ ズッキーニのコンソメ煮 枝豆のポタージュ | 米飯 かれの味噌バター焼き 高菜の炒め物 れんこんサラダ 味噌汁 | 米飯 コロツケ 大根の甘酢生姜和え ベーコンソテー 味噌汁 |
| | E | 349kcal | 374kcal | 463kcal | 445kcal | 507kcal | 498kcal |
| | P | 19.0g | 16.9g | 22.1g | 21.0g | 21.7g | 15.9g |
| | F | 4.6g | 6.8g | 12.3g | 13.6g | 19.7g | 16.9g |
| | S | 3.2g | 2.7g | 3.0g | 1.6g | 3.2g | 2.9g |



七夕です。

そうめんは、6日に提供したので、調理レクはちらし寿司。
チーズやにんじんの星と、きゅうりやかにかまの天の川。
すし桶に飾りました。

↑これが見本。

見本を作って利用者に作っていただいたら、栄養士よりも
センスのいいちらし寿司が出来上がりました。

みなさん、大喜びでした。



