

1月 予定献立表①

社会福祉法人長岡福祉協会—老人保健施設 新橋ばらの園 リハビリテーション

2020年	1月1日 (金)	1月2日 (土)	1月3日 (日)	1月4日 (月)	1月5日 (火)	1月6日 (水)	1月7日 (木)	
昼食				ご飯 ｺｯｽｰﾌﾟ タンドリーチキン マカロニソテー 花野菜サラダ	とんこつラーメン 春巻き 三色ナムル	ご飯 みそ汁 たらの磯部焼き 大根のしそ風味和え フルーツみつ豆	ご飯 けんちん汁 千草焼き れんこんの梅肉和え オレンジ	
おやつ				黒糖ろーるケーキ	どら焼き	味噌パイ	クリームブッセ	
合計				I初キ -	530 kcal	672 kcal	480 kcal	606 kcal
				たんぱく質	23.8 g	25.3 g	20.6 g	24.1 g
				脂質	14.3 g	25.5 g	9.0 g	19.2 g
食塩	2.9 g	4.3 g	2.3 g	2.6 g				
	1月8日 (金)	1月9日 (土)	1月11日 (月)	1月12日 (火)	1月13日 (水)	1月14日 (木)	1月15日 (金)	
昼食	わかめ御飯 すまし汁 肉豆腐 ぜんまいの炒め煮 胡瓜の生姜和え	ご飯 ｺｯｽｰﾌﾟ ビーフストロガノフ フレンチサラダ ストロベリーフルーチェ	ほうとう風うどん 切昆布の炒め煮 みかん	ご飯 ワンタンスープ 八宝菜 胡瓜と中華クラゲの和え物 マンゴープリン	ご飯 みそ汁 鶏の唐揚げ ひじき煮 いんげんのわさび醤油和え	えびピラフ クリームシチュー トマトサラダ ぶどうゼリー	ご飯 すまし汁 擬製豆腐 金平こぼろ キャベツのゆかり和え	
おやつ	レモンケーキ	もみじ饅頭	カスタードプリン	オレンジケーキ	やうかか餅	チョコブッセ	紅茶ケーキ	
合計	I初キ -	596 kcal	631 kcal	556 kcal	589 kcal	491 kcal	619 kcal	533 kcal
	たんぱく質	26.0 g	23.1 g	21.2 g	24.6 g	21.9 g	20.5 g	19.4 g
	脂質	19.4 g	22.5 g	15.4 g	17.2 g	15.5 g	17.0 g	15.5 g
	食塩	3.1 g	2.5 g	2.7 g	3.5 g	2.5 g	1.8 g	2.1 g

❖献立は一般食です。都合により変更する場合がありますので御了承下さい。