

1月 予定献立表②

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

2021年	1月15日 (金)	1月16日 (土)	1月18日 (月)	1月19日 (火)	1月20日 (水)	1月21日 (木)	1月22日 (金)	
昼食	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	ご飯 ビーンズスープ タラのピザ焼き風 ほうれん草のソテー フルーツカクテル	ご飯 ｺｯｼｰﾌﾟ 和風ハンバーグ 白菜のクリーム煮 かぼちゃとレーズンのサラダ	ご飯 みそ汁 豚皿 ﾋﾞｼﾞｷのサラダ みかん	上海風焼きそば 中華ｽｰﾌﾟ 餃子 青梗菜の中華和え	ご飯 すまし汁 シルバーの薬味焼き きのことパプリカのソテー カリフラワーの錦糸和え	チキンカレー ｺｯｼｰﾌﾟ コールスローサラダ フルーツヨーグルト	
おやつ	紅茶ケーキ	バニラババロア	ヨーグルトケーキ	デザートムース	金時まんじゅう	スイスバウム	レモンパイ	
合計	I初ｷｰ たんぱく質	533 kcal	551 kcal	521 kcal	516 kcal	612 kcal	515 kcal	566 kcal
	たんぱく質	19.4 g	27.7 g	22.6 g	22.3 g	19.5 g	19.0 g	15.4 g
	脂質	15.5 g	14.0 g	10.1 g	12.6 g	19.9 g	17.1 g	14.5 g
	食塩	2.1 g	2.6 g	2.2 g	2.5 g	3.1 g	2.5 g	3.6 g
	1月23日 (土)	1月25日 (月)	1月26日 (火)	1月27日 (水)	1月28日 (木)	1月29日 (金)	1月30日 (土)	
昼食	ゆかりご飯 みそ汁 赤魚のとろろ蒸し 春菊のごま和え キウイフルーツ	御飯 オニオンスープ 金目鯛のバターソースソテー 南瓜のミルク煮 水菜とツナのサラダ	あんかけチャーハン わかめｽｰﾌﾟ 青梗菜の中華サラダ 杏仁フルーツ	御飯 みそ汁 鶏肉の生姜焼き ふきの信田煮 トマトの和え物	御飯 すまし汁 牛肉とアスパラの七味炒め かに風味焼売 大根の浅漬け	御飯 かす汁 鱈の生姜醤油焼き いんげんの真砂炒め バナナ	かしわうどん コロッケ きゃべつのしそ和え りんご	
おやつ	フレッシュミルク	チーズバウム	キャラメルコーン	いちごババロア	マドレーヌ	ワッフル	黒糖ケーキ	
合計	I初ｷｰ たんぱく質	538 kcal	572 kcal	515 kcal	541 kcal	402 kcal	580 kcal	620 kcal
	たんぱく質	22.0 g	26.5 g	16.0 g	22.1 g	23.0 g	22.9 g	26.5 g
	脂質	8.4 g	17.2 g	17.2 g	17.3 g	4.2 g	16.5 g	15.2 g
	食塩	2.8 g	2.4 g	4.4 g	2.4 g	17.2 g	3.1 g	2.0 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。