## ヘルスケアダイニング ルパサニタス 予定献立表

## 週間献立表

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		9月29日	9月30日	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日
朝 提供		パン	ご飯	パン	おにぎり	パン	ご飯	おにぎり
		オムレツ	みそ汁	オムレツ	具沢山汁	オムレツ	みそ汁	具沢山汁
	朝定食A	ウインナー	さばの塩焼き	ウインナー	だし巻たまご	ウインナー	ほっけの塩焼き	だし巻たまご
		サラダ	ほうれん草のお浸し	サラダ	金平ごぼう	サラダ	お浸し	きんぴらレンコン
	¥ 500円	コーヒーorドリンク	金平ごぼう 463kcal	コーヒーorドリンク	<b>漬物</b>	コーヒーorドリンク	きんぴらレンコン	<b>漬物</b> <sup>エネルギ-</sup> 517kcal
		I补件 -     407kcal       蛋白質     11.1g       脂質     22.3g       食塩相当     2g	エ神キー     463kcal       蛋白質     17.3 g       脂質     12 g       食塩相当     3.5 g	Iネルキー     446kcal       蛋白質     11.9g       脂質     24.4g       食塩相当     2g	エ神ド -     435kcal       蛋白質     13.2g       脂質     7.4 g       食塩相当     3.3 g	式材・     426kcal       蛋白質     12 g       脂質     21.2 g       食塩相当     2.1 g	蛋白質 17.6g	蛋白質 15.7 g
	+11-1	食塩相当 2g						脂質 15.3 g 食塩相当 3.2 g
	朝定食B	ご飯・みそ汁・納豆・温泉卵・お浸し・きんぴられんこん						
	¥ 400円	エ 489kcal / た 20.0g / 脂 11.9g / 食塩 2.5g						
		森山病院管理栄養士監修メニュー「想いやりランチ」						
昼 提供	Sランチ							
	3フノナ	ご飯・みそ汁・鶏肉のきのこソース・切干大根のサラダ・果物 👚 🕍 📗						
	¥850円		エネルキ゛ー				624kcal	1207
			蛋白質 脂質				28.1 g 16.6 g 2.5 g	
		チキンボ ールトマトソース煮	食塩相当 ロールキャベツ	Weltz	t if a lithet	+- <b>-</b>		
	Aランチ ¥750円	7174 177 7.5		松風焼き	さばの山椒煮	カニクリームコロッケ	チキンチャップ	豚肉とピーマンの青椒肉絲風
			THE TOTAL STREET		Control of the contro			A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH
			WWW.			3 3 P	459 3	
	+ 130	エネルキー     567kcal       蛋白質     20.4 g	エネルギ - 597kcal 蛋白質 14.8 g	エネルキー     624kcal       蛋白質     24.4 g	エネルド - 515kcal 蛋白質 25.3 g	エ科ギ - 815kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 39.1 g	エネルギ - 563kcal 蛋白質 25.8 g	エネルギー 543kcal 蛋白質 23.9 g
		蛋白質 20.4 g 脂質 16.6 g 食塩相当 3.2 g	蛋白質 14.8 g 脂質 17.1 g 食塩相当 3.8 g	蛋白質 24.4 g 脂質 17.3 g 食塩相当 3.8 g	蛋白質 25.3 g 脂質 15.8 g 食塩相当 2.6 g	脂質 39.1 g 食塩相当 3.3 g	蛋白質 25.8 g 脂質 15.8 g 食塩相当 1.9 g	蛋白質 23.9 g 脂質 16.4 g 食塩相当 2.9 g
昼・夕 提供	どんぶり ¥650円	森山病院管理栄養士監修の丼ぶりメニュー						
		えびとじ丼図						
		- 43	IĀNŦ -		人いとし弁仏		602kcal	
	• •	- Wiss	蛋白質				25.2g 16.1g	
		1 2	脂質 食塩相当量				2.7g	
	週替わり麺	和風きのこスパゲティ						
		エネルギー 407kcal 蛋白質 17.8g	Iネルド -     546kcal       蛋白質     17.9 g       脂質     19.5 g	エネルギー 400kcal 蛋白質 16.1 g	エネルギー 453kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 13 g	エネルド - 478kcal 蛋白質 18.5 g	エネルギー 471kcal	ゴルギー 433kcal 蛋白質 18.9g 脂質 10.5g
	¥ 650円	蛋白質 17.8 g 脂質 9 g 食塩相当 2.1 g	第四員 17.3 g 脂質 19.5 g 食塩相当 1.8 g	IAIF -     400kcal       蛋白質     16.1 g       脂質     8.8 g       食塩相当     1.5 g	第四員 10.5 g 脂質 13 g 食塩相当 1.4 g	蛋白質 18.5 g 脂質 16.7 g 食塩相当 1.9 g	蛋白質 16.6 g 脂質 13.7 g 食塩相当 1.6 g	蛋白質 18.9 g 脂質 10.5 g 食塩相当 2 g
タ 提供	夕定食 ¥780円	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
		豚肉のプルコギ風 小鉢2品	馬のねさ塩レモンかり 小鉢2品	あじの南蛮漬け(焼き) 小鉢2品	チーズシチュー 小鉢 2 品	k肉のにんにく醤油炒 小鉢2品	たらのカレームニエル 小鉢2品	ミートローフ 小鉢 2 品
		エネルド -     616kcal       蛋白質     23.1 g		エネルギ -     462kcal       蛋白質     23.7 g	ヹ゚゚ルキ゛- 688kcal	ゴルド - 554kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 19.9 g	エネルギー 564kcal 蛋白質 27.1g	エネルギー     595kcal       蛋白質     22.8g       脂質     18.2g
		<ul><li>蛋日質 23.1 g</li><li>脂質 25 g</li><li>食塩相当 2.7 g</li></ul>	蛋白質 21.2 g 脂質 19.8 g 食塩相当 2.2 g	(重日質 23.7 g	蛋白質 20.8 g 脂質 24.2 g 食塩相当 3.2 g	蛋日質   22.8 g	蛋白質 27.1 g  脂質 13.4 g  食塩相当 2.3 g	集日賞 22.8 g 脂質 18.2 g 食塩相当 1.9 g
		艮塩相当   Z./ g	艮塩相ヨ   2.2g	<u>□ 艮場但ヨ □ ∠.9 g</u> ※売り切れの場合メニ -	<u> </u>	艮塩怕ヨ   Ζ g	艮塩相ヨ   2.3 g	艮塩相ヨ 1.9 8

【栄養価表示】エ:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 食塩:食塩相当量

※画家は1メージです。

※麺の栄養価は小鉢と汁物の具によって若干異なります。

※材料等の都合により、メニューの一部を変更させていただくことがあります。