

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
		11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日
朝 提供	朝定食A ¥500円	パン オムレツ ウインナー サラダ コーヒーorドリンク	ご飯 みそ汁 ほっけの塩焼き ほうれん草のお浸し 金平ごぼう	パン オムレツ ウインナー サラダ コーヒーorドリンク	おにぎり 具沢山汁 だし巻たまご 金平ごぼう 漬物	パン オムレツ ウインナー サラダ コーヒーorドリンク	ご飯 みそ汁 あじの塩焼き お浸し きんぴらレンコン	おにぎり 具沢山汁 だし巻たまご きんぴらレンコン 漬物
		エネルギー - 407kcal 蛋白質 - 11.1g 脂質 - 22.3g 食塩相当 - 2g	エネルギー - 421kcal 蛋白質 - 17.6g 脂質 - 6.3g 食塩相当 - 3.3g	エネルギー - 426kcal 蛋白質 - 12g 脂質 - 21.2g 食塩相当 - 2.1g	エネルギー - 517kcal 蛋白質 - 15.7g 脂質 - 15.3g 食塩相当 - 3.2g	エネルギー - 444kcal 蛋白質 - 12.3g 脂質 - 25.2g 食塩相当 - 2.1g	エネルギー - 424kcal 蛋白質 - 18.7g 脂質 - 6.3g 食塩相当 - 3.5g	エネルギー - 432kcal 蛋白質 - 12g 脂質 - 7.4g 食塩相当 - 3.7g
昼 提供	Sランチ ¥850円	ご飯・みそ汁・納豆・温泉卵・お浸し・きんぴられんこん						
		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	Aランチ ¥750円	ご飯・みそ汁・照り焼きハンバーグ・大根の酢の物・果物						
		赤魚の漬け焼き 	チキン南蛮 	豚肉の甘辛煮 	八宝菜 	白身魚の竜田揚げ 	豚肉の生姜焼き 	鶏肉のパン粉焼き 
昼・夕 提供	どんぶり ¥650円	森山病院管理栄養士監修 丼ぶりメニュー 鮭ときのこのバター醤油丼						
		エネルギー - 蛋白質 - 脂質 - 食塩相当 -	エネルギー - 蛋白質 - 脂質 - 食塩相当 -	エネルギー - 蛋白質 - 脂質 - 食塩相当 -	エネルギー - 蛋白質 - 脂質 - 食塩相当 -	エネルギー - 蛋白質 - 脂質 - 食塩相当 -	エネルギー - 蛋白質 - 脂質 - 食塩相当 -	エネルギー - 蛋白質 - 脂質 - 食塩相当 -
夕 提供	週替わり麺 ¥650円	仙台麻婆やきそば						
		エネルギー - 517kcal 蛋白質 - 20.4g 脂質 - 21.2g 食塩相当 - 1.9g	エネルギー - 470kcal 蛋白質 - 22.4g 脂質 - 16.1g 食塩相当 - 1.9g	エネルギー - 468kcal 蛋白質 - 21.2g 脂質 - 15.2g 食塩相当 - 2.2g	エネルギー - 466kcal 蛋白質 - 21.3g 脂質 - 15.3g 食塩相当 - 2.2g	エネルギー - 451kcal 蛋白質 - 21.6g 脂質 - 13.8g 食塩相当 - 2.6g	エネルギー - 541kcal 蛋白質 - 23.1g 脂質 - 21.6g 食塩相当 - 2.5g	エネルギー - 524kcal 蛋白質 - 20.8g 脂質 - 20.9g 食塩相当 - 2g
夕 提供	夕定食 ¥780円	ご飯 みそ汁 豚肉の味噌漬け焼き 小鉢2品	ご飯 みそ汁 たらのねぎマヨ焼き 小鉢2品	ご飯 みそ汁 鶏肉のピーナツ揚げ 小鉢2品	ご飯 みそ汁 豚キムチ鍋風 小鉢2品	ご飯 みそ汁 煮込みハンバーグ 小鉢2品	ご飯 みそ汁 かに玉 小鉢2品	ご飯 みそ汁 バター香る赤魚のムニエル 小鉢2品
		エネルギー - 604kcal 蛋白質 - 24g 脂質 - 20.9g 食塩相当 - 3.2g	エネルギー - 633kcal 蛋白質 - 25.5g 脂質 - 15.4g 食塩相当 - 2.9g	エネルギー - 698kcal 蛋白質 - 25.5g 脂質 - 26.5g 食塩相当 - 2.7g	エネルギー - 682kcal 蛋白質 - 27.3g 脂質 - 26.3g 食塩相当 - 5.5g	エネルギー - 766kcal 蛋白質 - 24.6g 脂質 - 34.3g 食塩相当 - 3.6g	エネルギー - 605kcal 蛋白質 - 18.8g 脂質 - 23g 食塩相当 - 3.7g	エネルギー - 613kcal 蛋白質 - 23.5g 脂質 - 20.5g 食塩相当 - 2g

【栄養価表示】エ：エネルギー タ：たんぱく質 脂：脂質 食塩：食塩相当量

*麺の栄養価は小鉢と汁物の具によって若干異なります。

※画像はイメージです。

※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。

【朝営業 7:00 ~ 9:00(ラストオーダー8:30)】 【昼営業 11:00 ~ 15:00(ラストオーダー14:30)】 【夕営業 17:00 ~ 20:00(ラストオーダー19:30)】

日清医療食品株式会社