

# 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	
		2月2日		2月3日		2月4日		2月5日		2月6日		2月7日		2月8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 お浸し きんぴらレンコン		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 きんぴらレンコン 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	
		11kcal - 407kcal	11kcal - 421kcal	11kcal - 426kcal	11kcal - 517kcal	11kcal - 444kcal	11kcal - 424kcal	11kcal - 432kcal							
		蛋白質 11.1g	蛋白質 17.6g	蛋白質 12g	蛋白質 15.7g	蛋白質 12.3g	蛋白質 18.7g	蛋白質 12g							
		脂質 22.3g	脂質 6.3g	脂質 21.2g	脂質 15.3g	脂質 25.2g	脂質 6.3g	脂質 7.4g							
		食塩相当 2g	食塩相当 3.3g	食塩相当 2.1g	食塩相当 3.2g	食塩相当 2.1g	食塩相当 3.5g	食塩相当 3.7g							
	朝定食B ¥400円	ご飯・みそ汁・納豆・温泉卵・お浸し・きんぴられんこん エ 489kcal / た 20.0g / 脂 11.9g / 食塩 2.5g													
昼 提供	Sランチ ¥850円	森山病院管理栄養士監修メニュー「想いやりランチ」 ご飯・みそ汁・れんこんバーグの甘酢だれ・小松菜のじゃこ和え・果物													
		エネルギー								648kcal					
		蛋白質								26.5g					
		脂質								18.6g					
		塩分相当								2.2g					
	Aランチ ¥750円	 11kcal - 693kcal 蛋白質 15.1g 脂質 27.9g 食塩相当 3.8g	 11kcal - 818kcal 蛋白質 19.8g 脂質 43g 食塩相当 3.9g	 11kcal - 703kcal 蛋白質 26.3g 脂質 22.5g 食塩相当 3.9g	 11kcal - 593kcal 蛋白質 26.7g 脂質 18.4g 食塩相当 3.1g	 11kcal - 543kcal 蛋白質 26.7g 脂質 19.6g 食塩相当 3.9g	 11kcal - 709kcal 蛋白質 21.7g 脂質 26.5g 食塩相当 3.9g	 11kcal - 523kcal 蛋白質 26.6g 脂質 11.9g 食塩相当 3.4g							
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 さばの照り焼き丼													
		エネルギー								567kcal					
		蛋白質								24.4g					
		脂質								18.7g					
		塩分相当								2.8g					
	月替わり麺 ¥650円														
		エネルギー													
		蛋白質													
		脂質													
		食塩相当													
夕 提供	夕定食 ¥780円	ご飯 みそ汁 キノのオレンジマヨソース 小鉢2品		ご飯 みそ汁 あじフライ 小鉢2品		ご飯 みそ汁 豚肉とピーマンの青椒肉絲風 小鉢2品		タコライス みそ汁 小鉢2品		ご飯 みそ汁 ミックスフライ 小鉢2品		ご飯 みそ汁 親子煮 小鉢2品		ご飯 みそ汁 ほきのしそチーズ焼き 小鉢2品	
		11kcal - 724kcal	11kcal - 780kcal	11kcal - 610kcal	11kcal - 627kcal	11kcal - 796kcal	11kcal - 607kcal	11kcal - 468kcal							
		蛋白質 21.1g	蛋白質 23.9g	蛋白質 26.8g	蛋白質 27.5g	蛋白質 17.8g	蛋白質 24.6g	蛋白質 23.6g							
		脂質 28.4g	脂質 27.6g	脂質 23.2g	脂質 21.1g	脂質 33.4g	脂質 15g	脂質 10.8g							
		食塩相当 1.7g	食塩相当 2.6g	食塩相当 3.6g	食塩相当 3g	食塩相当 3.9g	食塩相当 3.7g	食塩相当 2.5g							
		※売り切れの場合メニュー変更させていただきます。													

【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

※麺の栄養価は小鉢と汁物の具によって若干異なります。

※売り切れの場合メニュー変更させていただきます。

※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