

# 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16日		2月17日		2月18日		2月19日		2月20日		2月21日		2月22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 あじの塩焼き 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 さばの塩焼き 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	エネルギー 424kcal	エネルギー 426kcal	エネルギー 432kcal	エネルギー 444kcal	エネルギー 463kcal	エネルギー 435kcal							
		蛋白質 11.1g	蛋白質 18.7g	蛋白質 12g	蛋白質 12g	蛋白質 12.3g	蛋白質 17.3g	蛋白質 13.2g							
		脂質 22.3g	脂質 6.3g	脂質 21.2g	脂質 7.4g	脂質 25.2g	脂質 12g	脂質 7.4g							
		食塩相当 2g	食塩相当 3.5g	食塩相当 2.1g	食塩相当 3.7g	食塩相当 2.1g	食塩相当 3.5g	食塩相当 3.3g							
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・すまし汁・鶏肉の生姜煮・れんこんブロッコリーマヨ和え・果物													
		エネルギー						685kcal							
		蛋白質						29.2g							
		脂質						18.3g							
		塩分相当						2.9g							
Aランチ ¥750円	チキン・ポルトソース煮	アジフライ	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								
	エネルギー 569kcal	エネルギー 704kcal	エネルギー 659kcal	エネルギー 563kcal	エネルギー 841kcal	エネルギー 648kcal	エネルギー 573kcal								
	蛋白質 20.5g	蛋白質 24g	蛋白質 26.5g	蛋白質 26.1g	蛋白質 19.6g	蛋白質 28.2g	蛋白質 27.5g								
	脂質 16.6g	脂質 19.8g	脂質 19.3g	脂質 17.1g	脂質 41.1g	脂質 21.9g	脂質 16.3g								
	食塩相当 3.2g	食塩相当 3.9g	食塩相当 3.8g	食塩相当 3.2g	食塩相当 3.5g	食塩相当 2.3g	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 大豆ミートの麻婆豆腐丼													
		エネルギー						744kcal							
		蛋白質						35.4g							
		脂質						21.3g							
		塩分相当						2.7g							
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 豚肉のブルコギ風 小鉢2品	ご飯 みそ汁 鶏のねぎ塩レモンかけ 小鉢2品	ご飯 コンソメスープ チーズシチュー 小鉢2品	ご飯 みそ汁 豚肉のにんにく醤油炒め 小鉢2品	・ 目玉焼きのせカレー コンソメスープ 小鉢2品	ご飯 みそ汁 たらのかれーん 小鉢2品	ご飯 みそ汁 ミートローフ 小鉢2品							
		エネルギー 616kcal	エネルギー 569kcal	エネルギー 687kcal	エネルギー 554kcal	エネルギー 664kcal	エネルギー 564kcal	エネルギー 595kcal							
		蛋白質 23.1g	蛋白質 21.1g	蛋白質 19.6g	蛋白質 22.8g	蛋白質 18.3g	蛋白質 27.1g	蛋白質 22.8g							
		脂質 25g	脂質 18.3g	脂質 25.3g	脂質 19.9g	脂質 25.3g	脂質 13.4g	脂質 18.2g							
		食塩相当 2.7g	食塩相当 2g	食塩相当 2.9g	食塩相当 2g	食塩相当 3.5g	食塩相当 2.3g	食塩相当 1.9g							
※宗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