

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	
		4月6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12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 さばの塩焼き ほうれん草のお浸し 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 ほっけの塩焼き 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 446kcal	エネルギー 463kcal	エネルギー 426kcal	エネルギー 435kcal	エネルギー 444kcal	エネルギー 421kcal	エネルギー 517kcal	
		たんぱく質 11.9g 脂質 24.4g 食塩相当 2g	たんぱく質 17.4g 脂質 12g 食塩相当 3.6g	たんぱく質 12g 脂質 21.2g 食塩相当 2.1g	たんぱく質 13.3g 脂質 7.4g 食塩相当 3.4g	たんぱく質 12.3g 脂質 25.2g 食塩相当 2.1g	たんぱく質 17.7g 脂質 6.3g 食塩相当 3.4g	たんぱく質 15.8g 脂質 15.3g 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・みそ汁・たけのこ入りつくね・胡麻マヨネーズ和え・果物 エネルギー 606kcal たんぱく質 30.3g 脂質 15.3g 食塩相当 2.4g							
		Aランチ ¥750円	さばのからめニル	鶏肉のからめマヨネーズ焼き	7ライ盛り	鶏肉のピリ辛煮	ホキの磯辺焼	鶏肉のピザ焼き	豚肉のブルコギ風
			エネルギー 748kcal たんぱく質 25.2g 脂質 30.9g 食塩相当 3g	エネルギー 753kcal たんぱく質 27.2g 脂質 36.3g 食塩相当 2.7g	エネルギー 693kcal たんぱく質 16g 脂質 27.7g 食塩相当 3.1g	エネルギー 610kcal たんぱく質 23.5g 脂質 21.9g 食塩相当 3.4g	エネルギー 510kcal たんぱく質 23.8g 脂質 13.2g 食塩相当 3.5g	エネルギー 612kcal たんぱく質 25.7g 脂質 25.4g 食塩相当 3.2g	エネルギー 680kcal たんぱく質 24.4g 脂質 28.9g 食塩相当 3.6g
昼・夕 提供	どんぶり ¥650円	森山病院管理栄養士監修 井ぶりメニュー 鮭そぼろ丼 エネルギー 536kcal たんぱく質 22.5g 脂質 14.8g 食塩相当 2.7g							
		月替わり麺 ¥650円	チーズクリームパスタ・コンソメスープ エネルギー 522kcal たんぱく質 14.5g 脂質 14.9g 食塩相当 3.5g						
			ご飯 コンソメスープ 鶏肉のチーズシチュー 小鉢2品		ご飯 みそ汁 赤魚西京焼き 小鉢2品	ご飯 みそ汁 はんぺんのチーズ焼き 小鉢2品	ミートソースドリア コーンクリームスープ 小鉢2品	カツカレー コンソメスープ 小鉢2品	ご飯 みそ汁 さばの味噌煮 小鉢2品
エネルギー 703kcal たんぱく質 28.2g 脂質 21.7g 食塩相当 2.2g	エネルギー 606kcal たんぱく質 29.7g 脂質 15.3g 食塩相当 3.1g	エネルギー 617kcal たんぱく質 20.1g 脂質 23.3g 食塩相当 2.9g	エネルギー 637kcal たんぱく質 20.9g 脂質 13.3g 食塩相当 3.8g	エネルギー 699kcal たんぱく質 19.4g 脂質 26.7g 食塩相当 3.2g	エネルギー 569kcal たんぱく質 25.2g 脂質 19.3g 食塩相当 3.2g	エネルギー 693kcal たんぱく質 20.8g 脂質 27g 食塩相当 3.9g			



【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
 ※売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。