

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14日		9月15日		9月16日		9月17日		9月18日		9月19日		9月20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		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		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		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	462kcal	エネルギー	426kcal	エネルギー	424kcal	エネルギー	444kcal	エネルギー	463kcal	エネルギー	424kcal							
		蛋白質	11.1g	蛋白質	17.3g	蛋白質	12g	蛋白質	13.6g	蛋白質	12.3g	蛋白質	17.4g	蛋白質	13.6g							
		脂質	22.3g	脂質	12g	脂質	21.2g	脂質	7.1g	脂質	25.2g	脂質	12g	脂質	7.1g							
		食塩相当	2g	食塩相当	3.5g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.3g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.6g	食塩相当	3.3g							
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・豆腐つくねのなめこおろしかけ・さつま芋のヨーグルトサラダ・果物																				
		エネルギー								633kcal												
		蛋白質								27.6g												
		脂質								18.4g												
		食塩相当								2.6g												
	Aランチ ¥750円								エネルギー	501kcal	エネルギー	694kcal	エネルギー	637kcal	エネルギー	518kcal	エネルギー	756kcal	エネルギー	602kcal	エネルギー	666kcal
		蛋白質	28.1g	蛋白質	23.9g	蛋白質	25g	蛋白質	24.6g	蛋白質	24.3g	蛋白質	28.5g	蛋白質	23.9g							
		脂質	9.7g	脂質	19.5g	脂質	18.1g	脂質	11.6g	脂質	35.1g	脂質	18.5g	脂質	27.9g							
		食塩相当	3.5g	食塩相当	3.8g	食塩相当	3.3g	食塩相当	3.3g	食塩相当	3.3g	食塩相当	2.5g	食塩相当	2.9g							
		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 さばそぼろ丼																		
エネルギー								710kcal														
蛋白質								26.2g														
脂質								22.1g														
食塩相当								2.8g														
月替わり麺 ¥650円	ガーリックトマト（コンソメスープ付き）																					
	エネルギー								485kcal													
	蛋白質								15.4g													
	脂質								11g													
	食塩相当								3.3g													
夕 提供	夕定食 ¥780円	ご飯 みそ汁 鯖の塩麹焼き 小鉢		ご飯 みそ汁 鶏のねぎ塩レモンかけ 小鉢		ご飯 みそ汁 チーズシチュー 小鉢		ご飯 みそ汁 豚肉のにんにく醤油炒め 小鉢		ご飯 みそ汁 ミートローフ 小鉢		ご飯 みそ汁 たら香の味噌だれかけ 小鉢		秋野菜カレー コンソメスープ 小鉢								
		エネルギー	559kcal	エネルギー	569kcal	エネルギー	687kcal	エネルギー	551kcal	エネルギー	607kcal	エネルギー	543kcal	エネルギー	645kcal							
		蛋白質	25.2g	蛋白質	21.2g	蛋白質	19.6g	蛋白質	22.8g	蛋白質	23.5g	蛋白質	26.6g	蛋白質	17.5g							
		脂質	19g	脂質	18.3g	脂質	25.3g	脂質	19.9g	脂質	18.2g	脂質	11.4g	脂質	20.2g							
		食塩相当	3.6g	食塩相当	2.1g	食塩相当	2.9g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3g	食塩相当	3.3g	食塩相当	4.1g							
※売り切れの場合メニューを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)】 【夜営業 17:00 ～ 20:00(ラストオーダー-19:30)】

日清医療食品株式会社