

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21日		9月22日		9月23日		9月24日		9月25日		9月26日		9月27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 ほっけの塩焼き 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 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	エネルギー	421kcal	エネルギー	426kcal	エネルギー	506kcal	エネルギー	444kcal	エネルギー	424kcal	エネルギー	421kcal	
		蛋白質	11.1g	蛋白質	17.7g	蛋白質	12g	蛋白質	16.1g	蛋白質	12.3g	蛋白質	18.8g	蛋白質	12.4g	
		脂質	22.3g	脂質	6.3g	脂質	21.2g	脂質	15g	脂質	25.2g	脂質	6.3g	脂質	7.1g	
		食塩相当	2g	食塩相当	3.4g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.2g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.6g	食塩相当	3.7g	
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・ミルク味噌汁・鮭の香味きのこソース・きゅうりの胡麻酢和え・果物														
		エネルギー								622kcal						
		蛋白質								26.5g						
		脂質								20.1g						
	食塩相当								2.5g							
	Aランチ ¥750円	さばの西京焼き 		鶏のから揚げ 		白身魚の柚庵焼き 		ミックスフライ 		豆腐ハンバーグの野菜あんかけ 		赤魚の生姜煮 		豚肉のオイスター炒め 		
		エネルギー	579kcal	エネルギー	732kcal	エネルギー	473kcal	エネルギー	874kcal	エネルギー	592kcal	エネルギー	467kcal	エネルギー	593kcal	
		蛋白質	26.2g	蛋白質	23.9g	蛋白質	25g	蛋白質	21.6g	蛋白質	20.9g	蛋白質	21.7g	蛋白質	24.8g	
		脂質	15.5g	脂質	26.9g	脂質	8.5g	脂質	40.1g	脂質	10.4g	脂質	9.7g	脂質	19.5g	
	食塩相当	3.4g	食塩相当	2.9g	食塩相当	2.5g	食塩相当	3.7g	食塩相当	3.6g	食塩相当	2.2g	食塩相当	3g		
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 月見丼														
		エネルギー								658kcal						
		蛋白質								30g						
		脂質								19.4g						
	食塩相当								2.6g							
	月替わり麺 ¥650円	カルボナーラ（コンソメスープ付き）														
エネルギー								645kcal								
夕 提供	夕食 ¥780円	ご飯 みそ汁 豚肉のキムチ炒め 小鉢		ご飯 みそ汁 赤魚の生姜煮 小鉢		ご飯 みそ汁 回鍋肉 小鉢		ご飯 みそ汁 たららのしそチーズ焼き 小鉢		ご飯 みそ汁 豚肉のスタミナ炒め 小鉢		・ チュモッパ風おにぎり 中華入ブ 小鉢		ご飯 みそ汁 八宝菜 小鉢		
		エネルギー	594kcal	エネルギー	461kcal	エネルギー	610kcal	エネルギー	559kcal	エネルギー	660kcal	エネルギー	534kcal	エネルギー	673kcal	
		蛋白質	27.2g	蛋白質	23.7g	蛋白質	22.2g	蛋白質	22.1g	蛋白質	22.8g	蛋白質	25.5g	蛋白質	23g	
		脂質	21.7g	脂質	8.9g	脂質	21.8g	脂質	10.4g	脂質	28.8g	脂質	13g	脂質	25g	
		食塩相当	3.9g	食塩相当	2.4g	食塩相当	2g	食塩相当	2.3g	食塩相当	3.1g	食塩相当	2.8g	食塩相当	3.7g	
		※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