

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			
		10月5日		10月6日		10月7日		10月8日		10月9日		10月10日		10月11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 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	424kcal	エネルギー	444kcal	エネルギー	421kcal	エネルギー	506kcal		
		蛋白質	11.9g	蛋白質	17.4g	蛋白質	12g	蛋白質	13.6g	蛋白質	12.3g	蛋白質	17.7g	蛋白質	16.1g		
		脂質	24.4g	脂質	12g	脂質	21.2g	脂質	7.1g	脂質	25.2g	脂質	6.3g	脂質	15g		
		食塩相当	2g	食塩相当	3.6g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.3g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.4g	食塩相当	3.2g		
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・けんちん汁・ぶりのねぎ生姜焼き・きのこの酢の物・果物															
		エネルギー								580kcal							
		蛋白質								24g							
		脂質								18.9g							
		食塩相当								2.9g							
	Aランチ ¥750円	バーベキューチキン	鶏肉ときのこのオイスター炒め	鯖の竜田揚げ	鶏肉のクリームソースかけ	ミックスフライ	麻婆豆腐	茄子のドライカレー									
																	
		エネルギー	726kcal	エネルギー	495kcal	エネルギー	648kcal	エネルギー	601kcal	エネルギー	852kcal	エネルギー	711kcal	エネルギー	682kcal		
		蛋白質	25.4g	蛋白質	26.8g	蛋白質	22.7g	蛋白質	24.1g	蛋白質	22.2g	蛋白質	24.9g	蛋白質	25.4g		
		脂質	32.9g	脂質	10.5g	脂質	19.3g	脂質	20g	脂質	38.4g	脂質	29.3g	脂質	23g		
食塩相当	3.6g	食塩相当	2.6g	食塩相当	2.4g	食塩相当	3.1g	食塩相当	3.8g	食塩相当	3.6g	食塩相当	3.5g				
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 ねぎ塩豚丼															
		エネルギー								640kcal							
		蛋白質								28.1g							
		脂質								21.7g							
		食塩相当								2.8g							
	月替わり麺 ¥650円	ペペロンチーノ（コンソメスープ付き）															
		エネルギー								492kcal							
		蛋白質								15.5g							
		脂質								12.1g							
		食塩相当								3.6g							
夕 提供	夕定食 ¥780円	ご飯 みそ汁 白身魚の南蛮漬け 小鉢	ご飯 みそ汁 かに玉 小鉢	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜味噌炒め 小鉢	ご飯 みそ汁 豚肉のバター醤油炒め 小鉢	ご飯 みそ汁 白身魚の青のりピカタ 小鉢	シーフードカレー コンソメスープ 小鉢	ご飯 みそ汁 鶏肉のおろしポン酢かけ 小鉢									
		エネルギー	577kcal	エネルギー	653kcal	エネルギー	561kcal	エネルギー	560kcal	エネルギー	553kcal	エネルギー	637kcal	エネルギー	564kcal		
		蛋白質	26.7g	蛋白質	25.5g	蛋白質	23.3g	蛋白質	21.9g	蛋白質	23.8g	蛋白質	22.8g	蛋白質	21.8g		
		脂質	13.2g	脂質	23.1g	脂質	14.1g	脂質	19.6g	脂質	17g	脂質	16.3g	脂質	15.7g		
		食塩相当	3.3g	食塩相当	3.4g	食塩相当	3.4g	食塩相当	2.3g	食塩相当	2.9g	食塩相当	4.5g	食塩相当	2.6g		

※売り切れの場合メニューを変更させていただきます。

※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。

※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