

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19日		10月20日		10月21日		10月22日		10月23日		10月24日		10月25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	420kcal	エネルギー	426kcal	エネルギー	505kcal	エネルギー	444kcal	エネルギー	423kcal	エネルギー	423kcal	
		蛋白質	11.1g	蛋白質	17.6g	蛋白質	12g	蛋白質	16g	蛋白質	12.3g	蛋白質	18.7g	蛋白質	12.3g	
		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	3.3g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.1g	食塩相当	2.1g	食塩相当	3.5g	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・鶏肉のきのこソース・切干大根サラダ・果物														
		エネルギー										580kcal				
		蛋白質										27.6g				
		脂質										16.3g				
		食塩相当										2.7g				
	Aランチ ¥750円															
		エネルギー	662kcal	エネルギー	813kcal	エネルギー	745kcal	エネルギー	727kcal	エネルギー	582kcal	エネルギー	635kcal	エネルギー	632kcal	
		蛋白質	22.6g	蛋白質	25.3g	蛋白質	19.7g	蛋白質	25.4g	蛋白質	20.6g	蛋白質	23g	蛋白質	23.1g	
		脂質	26.2g	脂質	36.2g	脂質	28.4g	脂質	32g	脂質	16.1g	脂質	22.2g	脂質	23.2g	
		食塩相当	2.4g	食塩相当	3.2g	食塩相当	3.4g	食塩相当	3.3g	食塩相当	3.6g	食塩相当	2.5g	食塩相当	3.1g	
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 海鮮中華丼														
		エネルギー										629kcal				
		蛋白質										26g				
	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						
夕 提供	夕定食 ¥780円	ご飯 みそ汁 白身魚のパン粉焼き 小鉢		チキンカレー コンソメスープ 小鉢		ご飯 みそ汁 ハンバーグ 小鉢		ご飯 みそ汁 豚キムチ 小鉢		焼きラーメン 中華スープ 小鉢		ご飯 みそ汁 かに玉 小鉢		ご飯 みそ汁 バター香る赤魚のムニエル 小鉢		
		エネルギー	571kcal	エネルギー	624kcal	エネルギー	679kcal	エネルギー	638kcal	エネルギー	635kcal	エネルギー	690kcal	エネルギー	542kcal	
		蛋白質	24.8g	蛋白質	18.7g	蛋白質	17.4g	蛋白質	26.5g	蛋白質	20.7g	蛋白質	22.4g	蛋白質	21.9g	
		脂質	16.6g	脂質	15.9g	脂質	17.1g	脂質	27.2g	脂質	25.9g	脂質	29.9g	脂質	17.4g	
		食塩相当	3.7g	食塩相当	4.3g	食塩相当	2.2g	食塩相当	3.5g	食塩相当	5.5g	食塩相当	3.9g	食塩相当	2g	
※売り切れの場合メニュー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)】 【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