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
		11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15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 あじの塩焼き 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
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 407kcal 蛋白質 11.1ｇ 脂質 22.3ｇ 食塩相当 2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 423kcal 蛋白質 18.7ｇ 脂質 6.3ｇ 食塩相当 3.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 426kcal 蛋白質 12ｇ 脂質 21.2ｇ 食塩相当 2.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 420kcal 蛋白質 12.3ｇ 脂質 7.1ｇ 食塩相当 3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 444kcal 蛋白質 12.3ｇ 脂質 25.2ｇ 食塩相当 2.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 462kcal 蛋白質 17.3ｇ 脂質 12ｇ 食塩相当 3.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 423kcal 蛋白質 13.5ｇ 脂質 7.1ｇ 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・豆乳鍋・胡瓜のピリ辛マヨ和え・フルーツヨーグルト						
		エネルギー 598kcal 蛋白質 27.5g 脂質 19.6g 塩分相当 2.4g						
	Aランチ ￥750円	十品目具材の春巻き 	豚肉と大根のこってり煮 	鶏肉とじゃが芋のカルボナーラソース 	他人煮 	豚しゃぶのマスタードソース 	牛肉とこんにゃくの味噌煮 	キムチ炒飯 
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 722kcal 蛋白質 20ｇ 脂質 30.8ｇ 食塩相当 3.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 814kcal 蛋白質 20ｇ 脂質 43.4ｇ 食塩相当 3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 657kcal 蛋白質 24.6ｇ 脂質 26.6ｇ 食塩相当 2.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 637kcal 蛋白質 27.4ｇ 脂質 16.5ｇ 食塩相当 2.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 621kcal 蛋白質 27.4ｇ 脂質 23.7ｇ 食塩相当 1.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 652kcal 蛋白質 20.9ｇ 脂質 30.5ｇ 食塩相当 2.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 686kcal 蛋白質 23.3ｇ 脂質 29.7ｇ 食塩相当 3.9ｇ
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 秋野菜のキーマカレー						
		エネルギー 638kcal 蛋白質 24.5g 脂質 20g 塩分相当 2.4g						
	月替わり麺 ￥650円	ベーコンと玉ねぎのペペロンチーノ（スープ付き）						
		エネルギー 530kcal 蛋白質 15.6g 脂質 16.6g 塩分相当 3.7g						
夕　提供	夕定食 ￥780円	ご飯 みそ汁 ﾁｷﾝのｵﾚﾝｼﾞﾏﾖｿｰｽ 小鉢	. ｼｰﾌｰﾄﾞｶﾚｰ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ 小鉢	ご飯 みそ汁 青椒肉絲風 小鉢	. タコライス みそ汁 小鉢	ご飯 みそ汁 ミックスフライ 小鉢	ご飯 みそ汁 親子煮 小鉢	ご飯 みそ汁 たらのしそチーズ焼き 小鉢
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 747kcal 蛋白質 21.6ｇ 脂質 29.8ｇ 食塩相当 1.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 606kcal 蛋白質 20.1ｇ 脂質 15.2ｇ 食塩相当 4.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 610kcal 蛋白質 26.9ｇ 脂質 23.2ｇ 食塩相当 3.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 627kcal 蛋白質 27.6ｇ 脂質 21.1ｇ 食塩相当 3.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 784kcal 蛋白質 18.5ｇ 脂質 33.5ｇ 食塩相当 3.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 607kcal 蛋白質 25ｇ 脂質 15ｇ 食塩相当 4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 468kcal 蛋白質 23.7ｇ 脂質 10.8ｇ 食塩相当 2.6ｇ

※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(ﾗｽﾄｵｰﾀﾞｰ-8：30)】【昼営業　11:00　～　15:00(ﾗｽﾄｵｰﾀﾞｰ-14：30)】【夕営業　17:00　～　20:00(ﾗｽﾄｵｰﾀﾞｰ-19：30)】

日清医療食品株式会社