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23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29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
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 407kcal 蛋白質 11.1ｇ 脂質 22.3ｇ 食塩相当 2ｇ	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 426kcal 蛋白質 12ｇ 脂質 21.2ｇ 食塩相当 2.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 424kcal 蛋白質 13.6ｇ 脂質 7.1ｇ 食塩相当 3.3ｇ	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 463kcal 蛋白質 17.4ｇ 脂質 12ｇ 食塩相当 3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 424kcal 蛋白質 13.6ｇ 脂質 7.1ｇ 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・中華スープ・ヤンニョムチキン風・切干大根のサラダ・果物						
		エネルギー 597kcal 蛋白質 24.8g 脂質 18.3g 塩分相当 2.3g						
	Aランチ ￥750円	豚肉と白菜の和風あん 	アジフライ 	松風焼き 	鰆の山椒焼き 	豚肉の生姜焼き 	豚肉とじゃが芋のバタポン炒め 	豚肉ときのこの味噌炒め 
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 587kcal 蛋白質 25.7ｇ 脂質 20.5ｇ 食塩相当 3.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 668kcal 蛋白質 23.3ｇ 脂質 19.5ｇ 食塩相当 3.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 637kcal 蛋白質 25ｇ 脂質 18.1ｇ 食塩相当 3.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 518kcal 蛋白質 24.6ｇ 脂質 11.6ｇ 食塩相当 3.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 756kcal 蛋白質 24.3ｇ 脂質 35.1ｇ 食塩相当 3.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 593kcal 蛋白質 26.6ｇ 脂質 21.7ｇ 食塩相当 2.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 683kcal 蛋白質 24.5ｇ 脂質 28.4ｇ 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　丼ぶりメニュー えびたま丼						
		エネルギー 654kcal 蛋白質 27.2g 脂質 21.9g 塩分相当 2.6g						
	月替わり麺 ￥650円	ガーリックトマト（スープ付き）						
		エネルギー 485kcal 蛋白質 15.4g 脂質 11g 塩分相当 3.3g						
夕　提供	夕定食 ￥780円	ご飯 みそ汁 鰆の塩麹焼き 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 たらの香味だれかけ 小鉢	ご飯 みそ汁 豚肉のキムチ炒め 小鉢
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 559kcal 蛋白質 25.2ｇ 脂質 19ｇ 食塩相当 3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 569kcal 蛋白質 21.2ｇ 脂質 18.3ｇ 食塩相当 2.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 687kcal 蛋白質 19.6ｇ 脂質 25.3ｇ 食塩相当 2.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 551kcal 蛋白質 22.8ｇ 脂質 19.9ｇ 食塩相当 2.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 607kcal 蛋白質 23.5ｇ 脂質 18.2ｇ 食塩相当 3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 543kcal 蛋白質 26.6ｇ 脂質 11.4ｇ 食塩相当 3.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 594kcal 蛋白質 27.2ｇ 脂質 21.7ｇ 食塩相当 3.9ｇ

※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