

長谷エシニアウェルデザインーブランシエールケア常盤台

		2025年9月14日(日)	2025年9月15日(月)	2025年9月16日(火)	2025年9月17日(水)	2025年9月18日(木)	2025年9月19日(金)	2025年9月20日(土)
朝食	和食	ご飯 ホッケ焼き魚 おから炒め 味噌汁	ご飯 巣ごもり卵 きんぴらごぼう 味噌汁	ご飯 鯖の塩焼き 芋柄煮 味噌汁	ご飯 根菜の煮物 納豆 味噌汁	ご飯 玉子焼き青菜あんかけ 青じそ和え 味噌汁	ご飯 焼きさつま揚げ ドレッシング和え 味噌汁	黒糖パン サーモンサラダ トマトコンソメスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩 458kcal 21g 2.6g	495kcal 19g 2.5g	457kcal 20g 2.6g	448kcal 18g 2.6g	455kcal 18g 2.9g	443kcal 17g 2.7g	460kcal 20g 2.6g
	洋食	パン ホッケのレモンバター焼き スープ	パン 卵サラダ スープ	パン 鯖のレモン焼き スープ	パン 根菜のトマト煮 スープ	パン 玉子焼き青菜あんかけ スープ	パン 目玉焼き スープ	黒糖パン サーモンサラダ トマトコンソメスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩 449kcal 21g 2.7g	485kcal 21g 2.5g	451kcal 21g 2.9g	446kcal 17g 2.5g	471kcal 20g 2.8g	475kcal 19g 2.7g	460kcal 20g 2.6g
昼食	昼食	ご飯 にら玉丼 ひじきの煮物 お浸し 吸い物 お新香	ご飯 ハヤシライス コーンサラダ フルーツゼリー スープ 福神漬け	ご飯 鮭の塩昆布焼き 切干大根煮物 卸し和え お新香 おくらの味噌汁	ご飯 豚肉柳川 サラダ オクラ和え スープ お新香	衣笠丼 サラダ フルーツゼリー オクラと長芋のスープ	ぶっかけおろしそば 温泉卵 和風ポテトサラダ お新香	サンマの炊き込みご飯 舞茸のバター醤油炒め 春雨サラダ お新香 味噌汁
		エネルギー たんぱく質 食塩 613kcal 26g 3.1g	613kcal 25g 3.1g	594kcal 27g 3.0g	626kcal 25g 3.1g	599kcal 27g 3.0g	579kcal 26g 3.2g	597kcal 27g 3.1g
夕食	夕食	だしご飯 焼き鳥 おでん風煮込み もやしナムル 吸い物 デザート (ヨーグルト)		ご飯 チキントマトソース煮 マッシュポテトサラダ しらす和え スープ デザート (果物)	ご飯 赤魚生姜煮 炊き合わせ ほうれん草お浸し 味噌汁 デザート (甘栗パイ)	ご飯 豚の生姜煮 スパゲティサラダ かぶ酢物 吸い物 デザート (ゴマヨーグルト)	ご飯 鯖のゆず照り焼き 焼き豆腐きのこ炒め ごまあえ 味噌汁 デザート (抹茶ロールケーキ)	ご飯 酢鶏 ごぼうサラダ 辛子和え スープ デザート (果物)
		エネルギー たんぱく質 食塩 540kcal 29g 3.1g		602kcal 26g 3.0g	560kcal 27g 3.2g	603kcal 27g 3.0g	609kcal 31g 3.0g	580kcal 23g 3.0g

献立は予告無く変更することがあります。

9月15日は敬老の日です。皆さまの健康と長寿をお祝いして「敬老特別膳」をご用意させていただきます。18日の衣笠丼は京都のご当地料理とされています。昔から府民に愛されてきた料理だそうです。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります。

