

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7日(日)	2025年9月8日(月)	2025年9月9日(火)	2025年9月10日(水)	2025年9月11日(木)	2025年9月12日(金)	2025年9月13日(土)
朝食	和食	ご飯 盛り合わせ 切り干し大根煮物 味噌汁	ご飯 冷奴豆腐 竹輪七味煮 味噌汁	ご飯 秋鮭の焼き浸し おかか和え 味噌汁	ご飯 半ペンしそ焼き 納豆 味噌汁	ご飯 さつま揚げ煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁	ご飯 焼きししゃも おかか和え 味噌汁	エッグサンド グリーンサラダ パンプキンスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
		527kcal 18g 3.0g	452kcal 18g 2.8g	469kcal 20g 2.9g	458kcal 19g 2.5g	461kcal 20g 2.9g	449kcal 18g 2.8g	456kcal 19g 2.7g
	洋食	パン スクランブルエッグ スープ	パン フランクソテー スープ	パン 鮭のカレーソテー スープ	パン はんぺんソテー スープ	パン 野菜いため スープ	パン ししゃもソテー スープ	エッグサンド グリーンサラダ パンプキンスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
		462kcal 18g 2.9g	482kcal 17g 2.9g	446kcal 21g 2.8g	448kcal 19g 2.5g	455kcal 21g 3.0g	446kcal 19g 2.7g	456kcal 19g 2.7g
昼食	昼食	目玉焼き丼 野菜サラダ 胡麻豆腐 味噌汁 お新香	ご飯 えびシュウマイ 冬瓜煮物 キムチ和え 味噌汁 お新香	ご飯 擬製豆腐 ポテトサラダ 中華和え 吸い物 お新香	ご飯 さわらの田楽焼き 大豆煮豆 しいたけの白和え 里芋汁 お新香	ご飯 揚げ出し豆腐 たたきごぼう 青菜のあえ物 味噌汁 お新香	茄子そうめん お浸し 大学芋 お新香	ご飯 豚肉のイタリアンソテー 山菜の炒め煮 大根梅和え 味噌汁 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
		582kcal 26g 3.1g	580kcal 25g 3.1g	555kcal 26g 2.9g	602kcal 29g 3.2g	573kcal 25g 3.1g	631kcal 26g 3.1g	599kcal 26g 3.1g
	夕食	ご飯 鱈の煮付け 根菜と糸昆布の煮物 おかか和え 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 鶏肉の照り焼き かぶのスープ煮 春雨和え物 スープ デザート (ミニマドレーヌ)	重陽のお節句 菊寿司 含め煮 オクラ酢の物 吸い物 デザート (練り切り 菊)	パン2種 ポークシチュー トマトのマリネ デザート (林檎コンポート)	栗入り粥 スズキの香味蒸し もつ煮 もずくの酢の物 吸い物 デザート (果物)	ご飯 野菜と豚のポン酢和 根菜の煮物 白菜ぬたあえ 吸い物 デザート (果物)	ご飯 金目鯛の生姜煮 野菜味噌炒め 青梗菜七味和え 吸い物 デザート (果物)
		エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩	エネルギー たんぱく質 食塩
		584kcal 30g 3.0g	589kcal 28g 3.1g	645kcal 29g 3.1g	607kcal 27g 3.1g	637kcal 29g 3.0g	575kcal 28g 2.7g	556kcal 26g 3.1g

献立は予告無く変更することがあります。

「茄子そうめん」は、石川県・香川県の郷土料理です。お素麺と茄子に味が染み込みおいしく食べることができます。昔はお盆料理の一つでしたが、現在では季節を問わず食べられているそうです。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります。

