

長谷エシニアウェルデザインーブランドシエールケア常盤台

		2024年5月5日(日)	2024年5月6日(月)	2024年5月7日(火)	2024年5月8日(水)	2024年5月9日(木)	2024年5月10日(金)	2024年5月11日(土)
朝食	和食	ご飯 はんぺんソテー おかか和え 味噌汁	ご飯 アジ焼き 青菜ごま和え 味噌汁	ご飯 焼き豆腐煮物 胡瓜酢の物 味噌汁	ご飯 焼きサケ 納豆 味噌汁	ご飯 生揚げきのこ炒め 大根ゆかり和え 味噌汁	ご飯 卵炒め かまぼこ卸和え 味噌汁	チキンサンド 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	427kcal 18g 2.9g	449kcal 20g 2.7g	461kcal 17g 2.8g	463kcal 20g 2.8g	439kcal 18g 2.6g	471kcal 18g 2.8g
	洋食	パン・バター はんぺんソテー スープ	パン・バター アジのソテー スープ	パン・バター ミネストローネ風 サラダ	パン・バター 鮭のカレー風味 スープ	パン・バター きのこのバター炒め スープ	パン・バター 卵炒め スープ	チキンサンド 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	418kcal 18g 2.4g	451kcal 20g 2.7g	458kcal 17g 2.6g	428kcal 19g 2.7g	437kcal 19g 2.7g	450kcal 19g 2.4g
昼食	昼食	シーフードカレー サラダ キャラメルプリン 卵スープ 福神漬け	ご飯 スペイン風オムレツ かんぴょう煮物 おかか和え 吸い物 おしんこ	あじの香味御飯 きのこ卵とじ お豆のサラダ 味噌汁 浅漬け	ご飯 鶏の照り焼き ひじき煮物 土佐酢和え 味噌汁 お新香	ご飯 白身魚マヨネーズ焼き きんぴらごぼう 胡瓜と海老のごま酢和え 吸い物 お新香	肉うどん 冷ややっこ いちごプリン お新香	新玉ご飯 芋柄煮 春雨中華和え 吸い物 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩	630kcal 28g 3.1g	595kcal 25g 3.0g	584kcal 28g 3.1g	586kcal 25g 3.1g	594kcal 26g 3.1g	594kcal 27g 3.1g
夕食	夕食	ひじきご飯 鯉のたたき 里芋の白煮 レタスサラダ 吸い物 デザート (柏餅)	ご飯 ゆで豚酢味噌かけ 筍のバター醤油煮 玉子豆腐 吸い物 デザート (レモネードケーキ)	ご飯 タンドリーチキン ふろふきかぶ もずく酢の物 味噌汁 デザート (ワッフル)	ご飯 めだいの香味蒸し 大海煮 青菜わさび和え 吸い物 デザート (塩羊羹)	ご飯 豚肉の梅味噌和え 新じゃが芋のうま煮 おひたし 吸い物 デザート (和菓子)	ご飯 カレイのかぶら蒸し さつま芋いとこ煮 キャベツわさび和え 筍と若布の味噌汁 デザート (果物)	ご飯 ハンバーグ フルーツサラダ お浸し スープ デザート (利休万頭)
		エネルギー たんぱく質 食塩	563kcal 27g 3.2g	582kcal 30g 3.1g	606kcal 26g 3.0g	616kcal 27g 3.1g	607kcal 25g 3.1g	605kcal 29g 3.0g

献立は予告無く変更することがあります。

5月は新玉ねぎの美味しい季節になります。新玉ねぎは甘味が強く、玉ねぎが苦手な方にも美味しく召し上がっていただけると言われています。ぜひ、お楽しみください。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります。

