

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

		2025年5月11日(日)	2025年5月12日(月)	2025年5月13日(火)	2025年5月14日(水)	2025年5月15日(木)	2025年5月16日(金)	2025年5月17日(土)
朝食	和食	ご飯 焼き野菜天 青菜お浸し 味噌汁	ご飯 京ガンモ煮物 もやし和え 味噌汁	ご飯 巢ごもり卵 海藻サラダ 味噌汁	ご飯 野菜の味噌煮 納豆 味噌汁	ご飯 煮やっこそばろあん お浸し 味噌汁	ご飯 いり卵 切り干し大根煮物 味噌汁	黒糖パン サーモンサラダ トマトスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩						
		441kcal 18g 2.8g	469kcal 18g 2.7g	474kcal 20g 2.9g	448kcal 17g 2.9g	450kcal 18g 2.7g	491kcal 19g 2.7g	475kcal 20g 2.8g
	洋食	食パン さつまあげソテー コンソメスープ	食パン 目玉焼き スープ	食パン ミックスサラダ スープ	食パン ミートボールソテー スープ	食パン オムレツ スープ	食パン いり卵 スープ	黒糖パン サーモンサラダ トマトスープ
		エネルギー たんぱく質 食塩						
		440kcal 19g 2.8g	457kcal 18g 2.9g	456kcal 20g 2.8g	465kcal 17g 2.7g	461kcal 16g 2.8g	455kcal 20g 2.6g	475kcal 20g 2.8g
昼食	昼食	パン クリームシチュー サラダ オレンジゼリー	ご飯 魚の煮付け 炊き合わせ 辛子マヨネーズ和え 吸い物 お新香	ご飯 鶏のイタリアンソテー 山菜煮びたし 大根しそドレ和え 吸い物 お新香	ご飯 赤魚の野菜あん たけのこ土佐煮 菜の花のお浸し 吸い物 お新香	トマトパスタ 玉ちしゃサラダ コーヒーゼリー スープ お新香	スペシャルランチ 	ご飯 鶏肉の青じそ焼き 根菜煮物 青菜和え 味噌汁 お新香
		エネルギー たんぱく質 食塩						
		571kcal 25g 3.1g	580kcal 25g 3.1g	591kcal 28g 3.0g	579kcal 29g 3.1g	603kcal 30g 3.1g		574kcal 26g 3.1g
夕食	夕食	母の日特別膳 	ご飯 肉じゃが 胡桃あえ 焼き茄子 つみれ汁 デザート (珈琲饅頭)	ご飯 ブリ塩焼き 根菜煮物 白菜ナメ茸和え 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 ミートローフ サラダ おひたし スープ デザート (果物)	ご飯 鱈の木の芽味噌焼き 炒り鶏 ひじき白和え 吸い物 デザート (果物)	ご飯 肉団子黒酢からめ シーフードサラダ 浅漬け 味噌汁 デザート (芋ようかん)	ご飯 鱸のさんしょ焼き 炊き合わせ お浸し 吸い物 デザート (果物)
		エネルギー たんぱく質 食塩						
			614kcal 27g 3.1g	596kcal 26g 3.0g	604kcal 27g 3.1g	578kcal 28g 3.1g	623kcal 26g 3.1g	580kcal 30g 3.1g

献立は予告無く変更することがあります。

空豆の美味しい季節となりました。独特の臭いがあるため苦手な方もいらっしゃると思いますが、栄養素が豊富で健康に良い効果がある野菜の1つです。疲労回復にも役立つお勧め食材です。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります

