

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2月11日(日)	2024年2月12日(月)	2024年2月13日(火)	2024年2月14日(水)	2024年2月15日(木)	2024年2月16日(金)	2024年2月17日(土)	
朝食	基本食	ご飯 炊き合わせ ごまあえ 味噌汁	ご飯 根菜のそぼろ煮 もやしの和え物 味噌汁	ご飯 鮭の塩焼き 中華和え 味噌汁	ご飯 焼き竹輪煮物 納豆 味噌汁	ご飯 煮奴豆腐 七味和え 味噌汁	ご飯 焼き豆腐煮物 おかか和え 味噌汁	卵サンド 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	447kcal 20g 3.0g	469kcal 19g 2.7g	470kcal 19g 2.7g	442kcal 18g 2.5g	459kcal 20g 2.9g	452kcal 17g 2.5g
		昼食	基本食	パン クリームシチュー 水菜サラダ コーヒーゼリー	ご飯 カニシューマイ 鶏レバー煮 長いもとんぶりのせ 味噌汁 お新香	チキンライス ビーンズサラダ フルーツポンチ スープ お新香	みぞれうどん ひじきの白和え ピーチゼリー お新香	ご飯 豚肉生姜焼き 大根吉野煮 ほうれん草梅肉あえ 吸い物 お新香	ちらし寿司 長ねぎの卵とじ 浅漬け 味噌汁
エネルギー たんぱく質 食塩	598kcal 25g 3.1g	564kcal 30g 3.1g	564kcal 25g 3.0g	558kcal 25g 3.2g	581kcal 24g 3.0g	579kcal 24g 3.1g	602kcal 25g 3.1g		
夕食	基本食	ご飯 金目鯛煮つけ 根菜炒り煮 お浸し 味噌汁 デザート (りんごヨーグルト)	いなり寿司 がんもの含め煮 お浸し 浅漬け 豚汁 デザート (バウムクーヘン)	ご飯 白身魚辛子味噌焼き 揚げ茄子あんかけ きんぴら 吸い物 デザート (果物)	バレンタイン暦膳 	ご飯 サーモン照り焼き さつま芋いとこ煮 おかか和え 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 牛肉のごま味噌煮 揚げびたし ポテトサラダ 舞茸のお吸い物 デザート (人形焼き)	ふかひれ中華粥 スパゲティサラダ かぼちゃいとこ煮 味噌汁 デザート (果物)	
		エネルギー たんぱく質 食塩	606kcal 29g 3.1g	612kcal 25g 3.0g	603kcal 29g 3.0g		614kcal 29g 3.0g	606kcal 27g 3.1g	605kcal 25g 3.1g
		合計	エネルギー たんぱく質 食塩	1631kcal 72g 9.1g	1623kcal 75g 9.1g	1636kcal 73g 8.7g		1637kcal 71g 8.5g	1644kcal 71g 9.1g

献立は予告無く変更することがあります。

人形焼きは、日本橋人形町が発祥地とされる東京土産のひとつです。

カステラの中にあんこなどを入れたもので、変わり種としては、桜あん・抹茶あん・カスタードなどがあります。

2月16日のおやつは、人形焼きです。 中身のあんは何でしょうね～？ 楽しみです！



各フロアでお食事の方のデザートは15時になります。