

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18日(日)	2024年2月19日(月)	2024年2月20日(火)	2024年2月21日(水)	2024年2月22日(木)	2024年2月23日(金)	2024年2月24日(土)
朝食	基本食	ご飯 生揚げ煮物 海苔和え 味噌汁	ご飯 さわらの照焼 かまぼこ卸しあえ 味噌汁	ご飯 根菜の鶏そぼろ煮 海藻サラダ 味噌汁	ご飯 野菜五目煮 納豆 味噌汁	お粥 温泉卵 里芋のそぼろ煮 お新香 味噌汁	ご飯 焼きししゃも 胡麻和え 味噌汁	ポテトサンド サラダ 卵スープ
	エネルギー	464kcal	437kcal	440kcal	451kcal	428kcal	424kcal	473kcal
	たんぱく質 食塩	18g 2.5g	20g 2.6g	19g 2.9g	16g 2.6g	19g 3.0g	19g 2.9g	18g 2.9g
昼食	基本食	ご飯 メダイと茸のソテー 煮豆 おかか和え 味噌汁 お新香	ご飯 ハヤシライス レタスサラダ マンゴープリン スープ 福神漬け	ご飯 海鮮揚げ春巻き 五目煮 もやし和えもの 味噌汁 お新香	ご飯 豚肉の味噌炒め おひたし 大根の味噌田楽 吸い物 お新香	ご飯 さわら野菜あんかけ ずいきの煮物 ひじきの和えもの みぞれ味噌汁 お新香	ミートソース スパゲッティ ポテトサラダ クレームブリュレ スープ お新香	ご飯 キス南蛮漬け がんも煮物 胡麻和え 吸い物 お新香
	エネルギー	584kcal	608kcal	585kcal	532kcal	574kcal	602kcal	577kcal
	たんぱく質 食塩	29g 3.1g	24g 3.1g	24g 3.2g	25g 3.0g	25g 3.1g	26g 3.0g	28g 3.0g
夕食	基本食	ご飯 じゃが芋のポトフ 胡瓜の和え物 南瓜と胡桃の和え物 デザート (味噌饅頭)	ご飯 たらの西京煮 いりどり お浸し 吸い物 デザート (バナナケーキ)	ご飯 鶏肉のゆず照り焼き さつま芋甘煮 青菜梅のせ 味噌汁 デザート (煮林檎)	ご飯 めばるの煮付け 蕪と豆腐あんかけ 山椒和え 味噌汁 デザート (月餅)	ご飯 肉団子甘酢あんかけ かぼちゃの煮物 ごまマヨネーズ和え 吸い物 デザート (果物)	ご飯 天ぷら盛り合わせ チキンサラダ さつま芋のゴマ煮 味噌汁 デザート (果物)	ご飯 豚肉・玉葱の甘煮 マカロニサラダ からし和え 味噌汁 デザート (果物)
	エネルギー	621kcal	563kcal	625kcal	628kcal	647kcal	627kcal	577kcal
	たんぱく質 食塩	27g 3.0g	30g 3.0g	24g 3.0g	30g 3.2g	30g 3.1g	25g 3.1g	28g 3.1g
合計	エネルギー	1669kcal	1608kcal	1650kcal	1611kcal	1649kcal	1653kcal	1627kcal
	たんぱく質 食塩	74g 8.6g	74g 8.7g	67g 9.1g	71g 8.8g	74g 9.2g	70g 9.0g	74g 9.0g

献立は予告無く変更することがあります。

「月餅」とは、中国を代表する焼き菓子です。「月餅」と書いて、日本では「げっぺい」、本場中国では「ユエピン」と呼ばれています。諸説はありますが、春節、中国の四大伝統行事のひとつ「中秋節」の供え物として作られたのがはじまりだと言われています。中秋節は、日本の伝統行事「お月見」のルーツでもあります。月餅ではなくお団子をいただくなど細かい違いはありますが、美しい月を慈しむ気持ちは同じですね。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります。

