

長谷エシニアウェルデザインープランシエールケア常盤台

		2024年2月25日(日)	2024年2月26日(月)	2024年2月27日(火)	2024年2月28日(水)	2024年2月29日(木)	2024年3月1日(金)	2024年3月2日(土)
朝食	基本食	ご飯 さばの塩焼き ドレッシング和え 味噌汁	ご飯 煮物のそぼろ煮 ほうれん草卵和え 味噌汁	ご飯 いり卵 牛蒡サラダ 味噌汁	ご飯 焼き半ペン 納豆 味噌汁	ご飯 焼き鮭の卸しポン酢 おかか和え 味噌汁	ご飯 あじ塩焼き マヨネーズ和え 味噌汁	ホットドック パンプキンサラダ スープ
	エネルギー	447kcal	463kcal	476kcal	470kcal	443kcal	446kcal	483kcal
	たんぱく質 食塩	20g 2.8g	20g 3.0g	21g 2.9g	19g 2.8g	20g 3.0g	20g 2.7g	18g 2.8g
昼食	基本食	ご飯 豆腐ステーキ 里芋の豚そぼろ煮 海藻サラダ 吸い物 お新香	五目チャーハン 中華サラダ マンゴープリン スープ 福神漬け	スペシャルランチ ～兵庫県～ 	ご飯 魚のフライ 吉野煮 おかか和え 味噌汁 お新香	ご飯 コロケカレー ビーンズサラダ フルーツポンチ スープ お新香	たぬきそば レタスサラダ プリン お新香	ご飯 鯖のマスタード焼 白印元トマト煮 長芋昆布和え 味噌汁 お新香
	エネルギー	617kcal	594kcal		585kcal	619kcal	561kcal	601kcal
	たんぱく質 食塩	24g 3.1g	25g 3.0g		27g 3.0g	23g 3.0g	27g 3.1g	29g 3.0g
夕食	基本食	ご飯 かれいの塩焼き 根菜と糸昆布の煮物 ごま和え 味噌汁 デザート (ヨーグルト)	ご飯 ハンバーグ サーモンサラダ 青菜のり和え 吸い物 デザート (果物)	ご飯 帆立のかに玉 わさびあえ なめこ卸し 味噌汁 デザート (うぐいす饅頭)	ご飯 鶏肉の八幡巻き かぶあんかけ 茄子あえもの 吸い物 デザート (果物)	ご飯 かますの香味浸し 筑前煮 オクラ酢の物 味噌汁 デザート (果物)	赤飯 サーモン西京焼き 筑前煮 南瓜白和え 吸い物 デザート (果物)	ご飯 牛肉柳川 ふるふきかぶ もずく酢の物 吸い物 デザート (抹茶ケーキ)
	エネルギー	560kcal	586kcal	622kcal	607kcal	563kcal	646kcal	556kcal
	たんぱく質 食塩	30g 3.2g	26g 3.1g	28g 3.2g	24g 3.0g	30g 3.2g	30g 3.2g	30g 3.1g
合計	エネルギー	1624kcal	1643kcal		1662kcal	1625kcal	1653kcal	1640kcal
	たんぱく質 食塩	74g 9.1g	71g 9.1g		70g 8.8g	73g 9.2g	77g 9.0g	77g 8.9g

献立は予告無く変更することがあります。

筑前煮とは、鶏肉と野菜、こんにゃくなどを油で炒め、甘辛く味付けした煮物です。福岡県の北部・西部の筑前地方の郷土料理です。その後全国的に有名になって、おせち料理やお祝いの席にも用いられるようになりました。その理由も具材の「大根」「にんじん」「こんにゃく」のように、「ん」がつく「運」がつくとされ、縁起の良いものと考えられています。

各フロアでお食事の方のデザートは15時になります。

