

献立表

障害者支援施設新光苑

区分	朝	昼	夕	合計
8/31(月)	ごはん 鮭の塩焼き かに入り卵蒸し ふりかけ(鮭) みそ汁	サラダうどん 茄子の海老はさみ揚げ 牛乳 クリームブッセ	ごはん 太刀魚の焼き浸し ひじきの煮付け みそ汁	工:1452kcal た:59.9g 脂:48.8g 塩:8.4g
9/1(火)	菓子パン(カレー) いわしのトマト煮 果物(みかん) 牛乳	ごはん チーズタッカルビ きゅうりのチョレギサラダ風 テジコムタン ヤクルト 果物(グレープフルーツ)	ごはん ゆで豚のわさび醤油掛け 茄子の炒り煮 みそ汁	工:1452kcal た:68.3g 脂:31.7g 塩:6.10g
9/2(水)	ごはん 納豆 肉団子 梅干し みそ汁	チキンライス、ホワイトソース掛け 切り干し大根のサラダ 牛乳 果物(ぶどう)	ごはん 鶏肉のオイスターソース焼き (もやしの油いため) 麻婆春雨 わかめの中華スープ	工:1489kcal た:68.6g 脂:43.9g 塩:10.1g
9/3(木)	プチデニッシュ ポトフ 果物(バナナ) 型抜きチーズ 牛乳	他人丼 茄子のごま酢和え けんちん汁 ヤクルト 果物(キウイ)	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き (キャベツと桜えびのお浸し) おくらの卸し酢和え みそ汁	工:1498kcal た:65.3g 脂:39.2g 塩:7.8g
9/4(金)	ごはん 味付きひろうす 蓮根炒め ゆかり みそ汁	冷やし納豆そば ねぎ塩奴 牛乳 チーズクリームクレープ	ごはん 肉野菜炒め とろろ芋 みそ汁	工:1483kcal た:63.0g 脂:44.3g 塩:12.1g
9/5(土)	ロールパン コンビネーションオムレツ ソフル(ストロベリー) ブルーベリージャム 牛乳	ごはん チキンカツ (カリフラワーのカレーソテー) 海老入りコールスローサラダ 実だくさん汁 メロンムース	ごはん 煮魚(カレイ) きゅうりのとろろ昆布和え みそ汁	工:1491kcal た:54.7g 脂:48.3g 塩:5.12g
9/6(日)	食パン ポテトカップグラタン 果物(マンゴー) アップルジャム 牛乳	ごはん 棒棒鶏 春巻き 実だくさん中華スープ ソフル元気ヨーグルト	ごはん チーズはんぺんフライ (アスパラガスのお浸し) ツナ入りコールスローサラダ みそ汁	工:1426kcal た:56.8g 脂:41.4g 塩:6.7g

工:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 塩:食塩相当量