

献立表

障害者支援施設新光苑

	朝	昼	夕	合計
4/26(月)	ごはん 納豆 豆腐のそぼろあん包み 梅干し みそ汁	チキンクリームスパゲティ 白菜と豚肉のサラダ 牛乳 ペアクリームワッフル	ごはん 豚肉のレモン風味 なめこのおろし和え みそ汁	Ⓘ:1477kcal た:74.2g 脂:37.4g 塩:9.90g
4/27(火)	菓子パン(チョココロネ) ポテトカップグラタン 果物(みかん) 牛乳	ごはん チキンソテー、赤ワインソース グレープフルーツサラダ クラムチャウダー 果物(キウイ) ヤクルト	ごはん 鱈の煮つけ アスパラの磯辺和え みそ汁	Ⓘ:1477kcal た:61.9g 脂:29.6g 塩:6.40g
4/28(水)	ごはん 越前玉子巻き ぜんまい田舎煮 ふりかけ(鮭) みそ汁	ハヤシライス きゅうりとチーズのサラダ 牛乳 果物(メロン)	ごはん 豚肉のにんにく味噌だれ (冬瓜の含め煮) さといものずんだ和え とろろ昆布汁	Ⓘ:1479kcal た:61.4g 脂:33.4g 塩:9.50g
4/29(木) 	クロワッサン ほうれん草とえのきベーコンソテー 果物(マンゴー) 型抜きチーズ 牛乳	鮪の竜田揚げ丼 青梗菜のからし酢和え 豚汁 果物(グレープフルーツ) ヤクルト	ごはん チキンソテー、ハニーマスタード (温野菜) グリーンサラダ、 バルサミコドレッシング コンソメスープ	Ⓘ:1488kcal た:61.8g 脂:42.8g 塩:6.11g
4/30(金)	ごはん 花五目玉子巻き 味付きもずく ふりかけ(たらこ) みそ汁	きつねうどん 小松菜のごま和え 牛乳 いちごクレープ	ごはん 豚肉のストロガノフ風 魚肉ソーセージ入りサラダ コンソメスープ	Ⓘ:1492kcal た:54.1g 脂:44.1g 塩:10.4g
5/1(土)	ロールパン パンプキンサラダ マーメイドジャム ソフル(ストロベリー) 牛乳	ごはん アジフライ (きのこの金平) カレー風味コールスローサラダ 実だくさん汁 お米のムース	ごはん 豚肉の梅おろし掛け (温野菜) モロヘイヤのおかかポン酢和え みそ汁	Ⓘ:1497kcal た:57.0g 脂:45.9g 塩:9.0g
5/2(日)	食パン ツナポテトサラダ アップルジャム ソフル元気ヨーグルト 牛乳	ごはん かに玉 もやしの山椒風味和え 実だくさん中華スープ 果物(バナナ)	ごはん 鶏肉の辛味噌焼き (温野菜) かぶの含め煮 みそ汁	Ⓘ:1481kcal た:56.2g 脂:26.6g 塩:10.0g

Ⓘ:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 塩:食塩相当量