

献立表

障害者支援施設新光苑

	朝	昼	夕	合計
6/05 (月)	ごはん 切り干し大根の煮物 さんまのおかか煮 ふりかけ(うめかつお) みそ汁	カレーうどん 鶏肉とキャベツのサラダ 牛乳 ドームケーキ	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのコンビーフ和え みそ汁 	Ⓘ:1591kcal た:69.9g 脂:40.3g 塩:10.6g
6/06 (火)	菓子パン(カレーパン) 中華サラダ 果物(マンゴー) 牛乳 	ごはん サーモンのハーブソース 胡瓜と浅利のサラダ コーンチャウダー パイナップルゼリー	ごはん 豚肉のわさび風味 とろろ芋 みそ汁 	Ⓘ:1589kcal た:73.3g 脂:42.7g 塩:9.5g
6/07 (水)	ごはん サラダステーキ 納豆 梅干し みそ汁	牛丼 なすの浅漬け 牛乳 サクランボゼリー 	ごはん 豚肉のアボカドソース かぶのあおさ醤油和え みそ汁	Ⓘ:1591kcal た:84.2g 脂:39.3g 塩:12.6g
6/08 (木)	味付きロール ナポリタン 果物(バナナ) 型抜きチーズ ヤクルト 	ハヤシライス きのこのサラダ 牛乳 オレンジゼリー 	ごはん 白身魚のにんにく風味 豆腐のサラダ みそ汁	Ⓘ:1597kcal た:63.4g 脂:33.1g 塩:8.8g
6/09 (金)	ごはん レバーの時雨煮 味付きめかぶ 辛子明太子 みそ汁	味噌ラーメン 大根のサラダ 牛乳 ストロベリームース	ごはん 豚肉の人参ソース カリフラワーのピクルス みそ汁 	Ⓘ:1576kcal た:75.1g 脂:43.7g 塩:11.9g
6/10 (土)	ロールパン マカロニサラダ ソフル(ストロベリー) アップルジャム 牛乳	ごはん 豚の生姜焼き 大根の梅風味 実だくさん汁 ぶどうゼリー 	ごはん 鶏肉の味噌バターソース おくらとわかめのサラダ すまし汁	Ⓘ:1592kcal た:73.5g 脂:46.1g 塩:9.8g
6/11 (日)	食パン 根菜サラダ ソフル元気ヨーグルト ストロベリージャム 牛乳 	ごはん 和風ハンバーグ モロヘイヤの磯辺和え 実だくさん汁 ココアムース	ごはん カニクリームコロッケ 小エビのサラダ みそ汁 	Ⓘ:1574kcal た:56.1g 脂:42.2g 塩:7.8g

Ⓘ:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 塩:食塩相当量