

今週的全粥食(軟菜・入院食) 予定献立表

	日		月		火		水		木		金		土	
	5月3日		5月4日		5月5日		5月6日		5月7日		5月8日		5月9日	
朝食	レーズンドッグ	エネルギー	食パン	エネルギー	黒糖食パン	エネルギー	ロールパン	エネルギー	ツイストロール	エネルギー	食パン	エネルギー	ロールパン	エネルギー
	キャベツソテー	512 kcal	ポテトサラダ	503 kcal	オムレツ	552 kcal	コールスローサラダ	514 kcal	マカロニサラダ	550 kcal	スープ煮	477 kcal	ポイルサラダ	518 kcal
	オレンジ	蛋白質	みかん缶	蛋白質	黄桃缶ダイス	蛋白質	オレンジ	蛋白質	黄桃缶ダイス	蛋白質	チーズ	蛋白質	バナナ	蛋白質
	牛乳	14.3 g	牛乳	16.1 g	牛乳	18.2 g	牛乳	16.2 g	牛乳	16.4 g	みかん缶	18.1 g	牛乳	16.5 g
	食塩	1.4 g	食塩	2 g	食塩	1.8 g	食塩	1.4 g	食塩	1.7 g	食塩	2 g	食塩	1.8 g
昼食	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー
	鱈の焼き魚	444 kcal	親子煮	482 kcal	さわら柚子胡椒焼	454 kcal	鶏肉トマト煮	504 kcal	鮭の焼き魚	500 kcal	鶏肉の香味ソース	465 kcal	ボークソテー	465 kcal
	煮浸し	蛋白質	酢の物	蛋白質	お浸し	蛋白質	野菜マリネ	蛋白質	そぼろあんかけ	蛋白質	南瓜の含め煮	蛋白質	(オニオンス)	蛋白質
	ごま味噌和え	20.9 g	そうめん汁	22.4 g	味噌田楽	25.1 g	卵スープ	23.9 g	ピーナツ和え	26.6 g	白和え	21.7 g	ツナサラダ	22.8 g
佃煮	食塩	2.0 g	食塩	2.8 g	食塩	2.1 g	しその実漬け	食塩	味噌汁	食塩	1.5 g	コンソメスープ	食塩	
	2.0 g					3 g	ヨーグルト	3 g					2.4 g	
夕食	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー	全粥	エネルギー
	厚蒸し卵	597 kcal	煮魚	448 kcal	中華風うま煮	553 kcal	カレイのピカタ	490 kcal	小判焼き	485 kcal	マヨ焼き	457 kcal	鱈の蒲焼き	476 kcal
	スパゲティサラダ	蛋白質	あんかけ豆腐	蛋白質	ごま和え	蛋白質	豆腐のあんかけ	蛋白質	なすの含め煮	蛋白質	炊き合わせ(肉)	蛋白質	長芋とオクラ和え物	蛋白質
	豚汁	23.4 g	お浸し	26.3 g	かしわまんじゅう	23.2 g	ごま和え	21.4 g	甘酢和え	13.9 g	お浸し(錦糸卵)	20.6 g	中華炒め	22.5 g
	食塩	2.8 g	食塩	2.2 g	食塩	1.8 g	食塩	1.5 g	食塩	1.8 g	食塩	1.8 g	食塩	1.5 g

☆都合により献立が変更になる場合があります

☆今週の献立☆

- ・厚蒸し卵：鶏ミンチと玉葱・人参を炒めたものを卵に混ぜ込み、じっくりと蒸し上げた卵料理です
- ・鶏肉トマト煮：野菜たっぷりの一品です
- ・マヨ焼き：マヨネーズに味噌とネギを混ぜたものを魚の上のせて焼きました

☆栄養一口メモ☆

『こどもの日』

こどもの日は端午の節句でもあり、こどもたち皆が元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。

こどもの日に食べる柏餅ですが由来は、柏の葉は新しい芽が出るまで落ちないというところから子孫繁栄の縁起を担ぐとされています。



加古川医療センター栄養管理部ホームページにおすすめレシピ掲載しています。↑