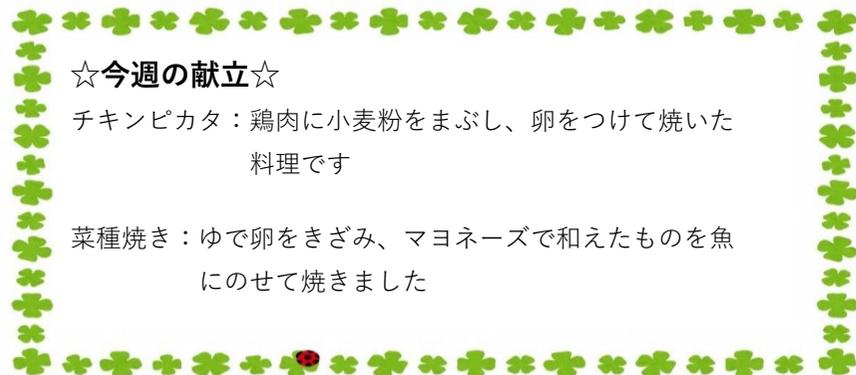


今週的全粥食(軟菜・入院食) 予定献立表

	日		月		火		水		木		金		土	
	8月10日		8月11日		8月12日		8月13日		8月14日		8月15日		8月16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	506 kcal	オムレツ	595 kcal	コールスローサラダ	481 kcal	マカロニサラダ	568 kcal	スープ煮	477 kcal	ポイルサラダ	475 kcal
	オレンジ	蛋白質	みかん缶	蛋白質	バナナ	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	黄桃缶ダイス	蛋白質
	牛乳	14.4 g	牛乳	16.2 g	牛乳	19 g	牛乳	16.2 g	牛乳	16.9 g	みかん缶	18.1 g	牛乳	15.7 g
		食塩		食塩		食塩		食塩		食塩		食塩		食塩
		1.4 g		2 g		1.8 g		1.5 g		2 g		2 g		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
	鱈の香味焼き	452 kcal	焼き肉風ソテー	472 kcal	鮭のバター焼き	486 kcal	焼き魚	487 kcal	鶏のチーズ焼き	407 kcal	照り焼き	496 kcal	鮭のムニエル	480 kcal
	高野の含め煮	蛋白質	湯豆腐	蛋白質	味噌田楽	蛋白質	肉じゃが	蛋白質	含め煮	蛋白質	きやべつの酢の物	蛋白質	ソテー	蛋白質
	ごま酢和え	21.5 g	おろし和え	23.1 g	酢の物	20.4 g	お浸し	25.1 g	お浸し	19.7 g	冷やしそうめん汁	22.9 g	和風サラダ	22.2 g
	いりこみそ	食塩		食塩		食塩		食塩		食塩		食塩		食塩
		1.8 g		1.5 g		1.7 g		1.8 g		2.4 g		3.5 g		1.2 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
	チキンピカタ	448 kcal	焼き魚	457 kcal	和風ハンバーグ	614 kcal	卵とじ	536 kcal	菜種焼き	492 kcal	磯辺焼き	468 kcal	甘辛煮	464 kcal
	酢味噌和え	蛋白質	筑前煮	蛋白質	野菜サラダ	蛋白質	もずくの酢の物	蛋白質	人参と大根のかか煮	蛋白質	梅肉和え	蛋白質	中華風酢の物	蛋白質
	南瓜含め煮	22.8 g	お浸し	24.5 g	コンソメスープ	22 g	のっぺい汁	25.2 g	和え物	19 g	煮浸し	19.5 g	卵豆腐	21.4 g
		食塩	すまし汁	食塩		食塩		食塩		食塩		食塩		食塩
		2 g		2.8 g		3.1 g		3.2 g		1.7 g		1.4 g		2.0 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☆

チキンピカタ：鶏肉に小麦粉をまぶし、卵をつけて焼いた料理です

菜種焼き：ゆで卵をきざみ、マヨネーズで和えたものを魚にのせて焼きました

☆栄養一口メモ☆

『お盆』

お盆の時期にはそうめんがよく食べられますが細くて長いそうめんにあやかり「幸福が細く長く続くように」との願いが込められています。また、糸に見立てられたので針仕事が上達するように供えられました。



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。↑