

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11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日
朝 食	レーズンドッグ キャベツソテー オレンジ 牛乳 エネルギー 512 kcal 蛋白質 14.4 g 食塩 1.4 g	食パン ポテトサラダ みかん缶 牛乳 エネルギー 506 kcal 蛋白質 16.2 g 食塩 2 g	黒糖食パン スープ煮 チーズ バナナ 牛乳 エネルギー 556 kcal 蛋白質 18.7 g 食塩 1.9 g	ロールパン コールスローサラダ オレンジ 牛乳 エネルギー 481 kcal 蛋白質 16.2 g 食塩 1.5 g	ツイストロール マカロニサラダ 黄桃缶ダイス 牛乳 エネルギー 568 kcal 蛋白質 16.9 g 食塩 2 g	食パン スープ煮 チーズ バナナ 牛乳 エネルギー 532 kcal 蛋白質 18.9 g 食塩 2 g	ロールパン ポイルサラダ バナナ 牛乳 エネルギー 518 kcal 蛋白質 16.5 g 食塩 1.8 g
昼 食	全粥 鯖のゆず味噌がけ ゆかり和え そばろあんかけ エネルギー 419 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 1.5 g	全粥 豚肉のケチャップ炒め お浸し 味噌汁 ヨーグルト エネルギー 512 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 2.9 g	全粥 豆腐の味噌煮 中華風酢の物 杏仁豆腐 エネルギー 492 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 1.7 g	全粥 焼き魚 ごま和え うどん汁 エネルギー 424 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.4 g	全粥 シチュー 野菜サラダ ブロッコリーのくず煮 佃煮 エネルギー 496 kcal 蛋白質 23.5 g 食塩 3.2 g	全粥 魚のつけ焼き 酢の物 きんぴら煮 エネルギー 437 kcal 蛋白質 17.9 g 食塩 1.9 g	全粥 味噌炒め ポン酢和え そばろあんかけ エネルギー 497 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 2 g
タ 食	全粥 鶏のバジル焼き 野菜サラダ チャウダー エネルギー 513 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 2.8 g	全粥 バター焼き 含め煮 おろし和え エネルギー 463 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 2.2 g	全粥 鮭のマリネ ほうれん草とコーンのバター炒め かき玉汁 エネルギー 519 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 2.3 g	全粥 松風焼き マセドアンサラダ 切り干し大根煮 エネルギー 546 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 2.4 g	全粥 山椒焼き 卵豆腐 お浸し キウイ エネルギー 479 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 1.8 g	全粥 鶏の梅ソースがけ 卵とじ ごま和え 味噌汁 エネルギー 457 kcal 蛋白質 25.7 g 食塩 3.0 g	全粥 かれいの香草焼き ポテトサラダ 洋風煮浸し エネルギー 518 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 1.7 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☆

- ・鶏のバジル焼き：マジックソルトとドライバジルで風味豊かな料理です
- ・鮭のマリネ：鮭と野菜をマリネにしたさっぱりとした料理です
- ・かれいの香草焼き：魚にパン粉、粉チーズとバジル、パセリを加え、焼き上げました

☆栄養一口メモ☆ 『母の日』

母の日にカーネーションの花を贈るのは有名ですね。
由来はアメリカのウエストバージニア州で始まり、少しずつ世界に広まったとされています。日本に風習が伝わったのは、明治初期のことだそうです。
赤色のカーネーションの花言葉は母への愛や純粋な愛などです。



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。↑