

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5日		5月6日		5月7日		5月8日		5月9日		5月10日		5月11日	
朝食	レーズンドッグ	エネルギー 512 kcal	食パン	エネルギー 533 kcal	黒糖食パン	エネルギー 501 kcal	ロールパン	エネルギー 481 kcal	ツイストロール	エネルギー 593 kcal	食パン	エネルギー 489 kcal	ロールパン	エネルギー 518 kcal
	キャベツソテー	蛋白質	ポテトサラダ	蛋白質	スープ煮	蛋白質	コールスロー	蛋白質	マカロニサラダ	蛋白質	スープ煮	蛋白質	ポイルサラダ	蛋白質
	オレンジ	14.4 g	黄桃缶ダイス	16.1 g	チーズ	17.9 g	オレンジ	16.2 g	バナナ	17.2 g	チーズ	18.1 g	バナナ	16.5 g
	牛乳	食塩 1.4 g	牛乳	食塩 1.9 g	みかん缶	食塩 1.9 g	牛乳	食塩 1.5 g	牛乳	食塩 1.7 g	黄桃缶ダイス	食塩 2 g	牛乳	食塩 1.8 g
昼食	全粥	エネルギー 494 kcal	全粥	エネルギー 464 kcal	全粥	エネルギー 455 kcal	全粥	エネルギー 463 kcal	全粥	エネルギー 465 kcal	全粥	エネルギー 485 kcal	全粥	エネルギー 487 kcal
	照り焼き	蛋白質	豚の塩麴炒め	蛋白質	鱈のゆず胡椒焼き	蛋白質	鯛の焼き魚	蛋白質	チキンソテー	蛋白質	ケチャップ炒め	蛋白質	煮物	蛋白質
	春雨サラダ	18.4 g	うすくず煮	22.7 g	お浸し	25.2 g	ごま和え	26.1 g	ジャーマンポテト	21.8 g	スープ煮	22.8 g	和風サラダ	22 g
	南瓜の含め煮	食塩 1.9 g	お浸し	食塩 2.4 g	豆腐の味噌田楽	食塩 2.1 g	かき玉汁	食塩 2.7 g	生野菜サラダ	食塩 1.4 g	胡瓜のポン酢和え	食塩 3.3 g	ヨーグルト	食塩 2.0 g
夕食	全粥	エネルギー 675 kcal	全粥	エネルギー 508 kcal	全粥	エネルギー 482 kcal	全粥	エネルギー 496 kcal	全粥	エネルギー 511 kcal	全粥	エネルギー 454 kcal	全粥	エネルギー 480 kcal
	パンパンジー	蛋白質	オープンオムレツ	蛋白質	中華風うま煮	蛋白質	蒸し鶏キソス	蛋白質	関東煮	蛋白質	鮭の焼き魚	蛋白質	味噌煮	蛋白質
	煮物	26.4 g	酢の物	21.6 g	ピーナツ和え	21.5 g	なすの含め煮	22.9 g	ゆかり和え	28.3 g	芋きんぴら	20.3 g	炒り豆腐	26.7 g
	味噌汁	食塩 2.9 g	ジュリエンスープ	食塩 2.3 g	ゴールデンキウイ	食塩 1.8 g	きんとん	食塩 1.7 g	のり佃煮	食塩 2.8 g	生姜和え	食塩 1.6 g	おかか和え	食塩 2 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☆

- ・ジュリエンスープ：野菜とベーコンをバターで炒めてからコンソメスープで炊きました
- ・塩麴焼き：豚肉を塩麴に漬けてから焼いています
- ・ゆず胡椒焼き：魚のつけ焼きにゆず胡椒を加えています
- ・チキンソテー：鶏肉をソテーし、野菜たっぷりのトマトソースをかけています

☆栄養一口メモ☆

『子供の日』

子供の日は端午の節句でもあり、子供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。

子供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ふ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。↑