



食事献立表



認知症ケアセンター

									8月1日 (土)		
									ご飯		
									味噌汁		
									A 豚肉のねぎ塩炒め		
									B 白身魚のピカタ		
									ひじきの煮物		
									小松菜のわさび和え		
									栄養成分	A	B
									エネルギー (kcal)	595	448
									たんぱく(g)	16.5	22.2
									塩分(g)	3.3	3.2
									おやつ ★選べるおやつ★		
8月3日 (月)			8月4日 (火)			8月5日 (水)			8月6日 (木)		
ご飯			ご飯			ご飯			ご飯		
味噌汁			味噌汁			コンソメスープ			すまし汁		
A 豚肉の柚子胡椒炒め			A ネギ塩チキン			A 豚肉のカレー炒め			A 鶏の味噌チーズ焼き		
B カレイと夏野菜の揚げ浸し			B たらの煮つけ			B 白身魚のフライ			B 魚介と卵の炒め物		
じゃが芋のカレー炒め			さつま芋の煮物			ビーフンソテー			トマト煮		
大根の梅和え			スパゲティサラダ			かぼちゃサラダ			カニカマサラダ		
栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B
エネルギー (kcal)	548	505	エネルギー (kcal)	579	478	エネルギー (kcal)	670	575	エネルギー (kcal)	494	412
たんぱく(g)	18.4	20.5	たんぱく(g)	18.9	18.9	たんぱく(g)	17.0	14.5	たんぱく(g)	20.4	18.8
塩分(g)	2.8	3.2	塩分(g)	2.7	3.0	塩分(g)	2.7	3.0	塩分(g)	2.7	2.9
おやつ ヨーグルトケーキ			おやつ 青りんごゼリー			おやつ 黒糖ロールケーキ			おやつ 水ようかん		
8月10日 (月)			8月11日 (火)			8月12日 (水)			8月13日 (木)		
ご飯 (B)			ご飯			ご飯			ご飯 (B)		
コンソメスープ			すまし汁			味噌汁			コンソメスープ		
A チキンカレー			A チンジャオロース			A 肉じゃが			A ミートソーススパゲティ		
B 白身魚のムニエル			B アジフライ			B ホキのねぎ味噌焼き			B ミックスフライ		
がんもの煮物			高野豆腐の卵とじ			もやしカレー炒め			フロッコリーのかにあんかけ		
キャベツとハムのサラダ			青梗菜の生姜和え			フロッコリーのごま和え			さつま芋のレースン煮		
栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B
エネルギー (kcal)	551	443	エネルギー (kcal)	596	473	エネルギー (kcal)	532	363	エネルギー (kcal)	551	500
たんぱく(g)	18.4	20.7	たんぱく(g)	20.4	18.8	たんぱく(g)	17.3	19.5	たんぱく(g)	22.1	10.5
塩分(g)	3.9	3.1	塩分(g)	2.9	2.8	塩分(g)	3.1	3.2	塩分(g)	4.6	2.3
おやつ ★選べるおやつ★			おやつ フルーチェ (バナナ)			おやつ 杏仁フルーツ			おやつ 今川焼		
8月14日 (金)			8月15日 (土)			8月16日 (日)			8月17日 (月)		
ご飯			ご飯			ご飯			ご飯		
味噌汁			味噌汁			味噌汁			味噌汁		
A 鶏肉と根菜の煮物			A 鶏のガーリックバター			A ミートソーススパゲティ			A 鶏肉と根菜の煮物		
B あじのごま衣焼き			B いわしのゆかり焼き			B ミックスフライ			B あじのごま衣焼き		
シューマイ			切干大根の炒め煮			フロッコリーのかにあんかけ			シューマイ		
ほうれん草のお浸し			春雨サラダ			さつま芋のレースン煮			ほうれん草のお浸し		
栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B
エネルギー (kcal)	512	420	エネルギー (kcal)	508	396	エネルギー (kcal)	551	500	エネルギー (kcal)	512	420
たんぱく(g)	21.7	21.8	たんぱく(g)	18.6	17.3	たんぱく(g)	22.1	10.5	たんぱく(g)	21.7	21.8
塩分(g)	2.9	2.9	塩分(g)	3.3	3.5	塩分(g)	4.6	2.3	塩分(g)	2.9	2.9
おやつ ぶどうゼリー			おやつ 六方焼き			おやつ 今川焼			おやつ ぶどうゼリー		