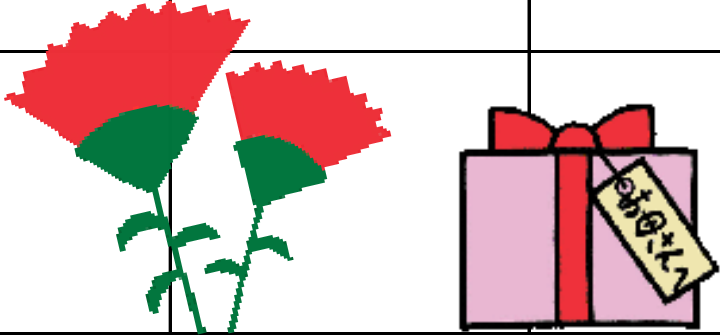


福祉弁当献立表 令和3年5月

デイホーム池尻 5433-2511

月			火			水			木			金			土		
															1		
															魚西京漬け焼き たけのこと豚肉煮物 和え物		
															678kcal	31.8g	3.2g
3			4			5			6			7			8		
鶏肉甘酢あん 信田煮 酢の物			魚の煮付け ひじき煮 ごま和え			ミートローフ じゃこ炒め なめたけ和え			韓国風肉じゃが 炒り煮 和え物			魚塩焼き しぐれ煮 からし和え			麻婆豆腐 煮豆 なます		
600kcal	21.5g	3.0g	625kcal	21.1g	3.4g	610kcal	24.5g	2.8g	625kcal	17.6g	3.2g	620kcal	31.2g	3.4g	644kcal	23.7g	2.6g
10			11			12			13			14			15		
魚の香味焼き 筑前煮 ごま和え			八宝菜 甘辛煮 和え物			魚つけ焼き 茄子そぼろ煮 マカロニ和え物			シュウマイ 煮物 和え物			鶏肉パン粉焼き ひじき豆腐 金平ポテト			魚ピカタ カボチャの肉じゃが風 カレーサラダ		
604kcal	27.3g	2.4g	598kcal	31.0g	3.5g	660kcal	31.5g	2.9g	636kcal	24.2g	2.9g	610kcal	23.9g	3.0g	624kcal	28.8g	3.3g
17			18			19			20			21			22		
魚つけ焼き 炒り煮 和え物			玉ねぎかき揚げ 厚揚げ甘辛煮 梅和え			魚のカレーソースかけ しょうが炒め おかか和え			ひき肉回鍋肉 煮物 ナムル			魚の甘酢味 そぼろ煮 和え物			茄子と豚肉みそ炒め じゃがいもあんかけ煮 酢の物		
615kcal	22.0g	3.0g	679kcal	26.3g	2.6g	600kcal	30.5g	3.1g	695kcal	27.0g	3.0g	608kcal	29.3g	2.7g	630kcal	22.0g	3.2g
24			25			26			27			28			29		
魚みそ焼き 信田煮 ナムル			焼きジャガ 炒め煮 大根サラダ			ふわふわ肉団子 千切り煮 おかか和え			魚黄身焼き 大根と豚肉炒め しょうゆ和え			豚肉野菜巻き ツナじゃが ごま酢和え			魚の煮付け きんぴら はちみつレモンかぼちゃ		
628kcal	28.9g	2.5g	631kcal	20.6g	2.8g	616kcal	21.8g	2.8g	603kcal	29.2g	2.4g	622kcal	28.7g	3.2g	600kcal	23.3g	2.6g
31												日にち					
海老フライ デミグラス煮 海藻サラダ												今日の献立					
630kcal	21.2g	2.7g										カロリー	たんぱく質	塩分			

※ 献立は、仕入れの都合により変更する場合があります。 ※ ご飯175g(3. 5単位)を含みます。

※ もしお弁当が残ったら、必ず捨てるようにして、くれぐれも次の日に召し上がらないようにして下さい。