

社会福祉法人

配食サービスパセリ 令和8年

☎31-0148

5月 献立表 夕食

- ・配達後2時間以内に召し上がりください。
- ・材料の都合で献立に変更がある場合もございます。
- ・食べ残しの処分をお願いします。

- ・日付の右の数字がご飯付普通盛弁当のカロリー・たん白質・塩分です。普通盛にはご飯が180g入っています。
- ・ご飯180gにはカロリーが 302 キロカロリー・たん白質が4.5g入っています。塩分はゼロです。
- ・この献立表に記入がない漬物などが入る場合があります。表示にはそのカロリーと塩分も含んでいます。
- ・減塩食の塩分量は表示の半分です。
- ・右横に記入している、カロリー・たん白質・塩分の計算は栄養士の算出によるものです。

70歳以上の一日の基準量（身体活動レベルが低い人）

カロリー	1800(男性)	1500(女性)
たん白質	60g(男性)	50g(女性)
塩分	8g未満(男性)	7g未満(女性)



【口座振替のご案内】
弁当代金のお支払いは
便利な口座振替をご利用ください。

加リー・たん白質・塩分		加リー・たん白質・塩分		加リー・たん白質・塩分		加リー・たん白質・塩分		加リー・たん白質・塩分	
4日(月)	669・25g・2.6g	5日(火)	544・22g・2.3g	6日(水)	578・19g・2.0g	7日(木)	564・24g・2.0g	8日(金)	668・16g・2.9g
・若鶏のから揚げ		・白身魚のマヨネーズ焼き		・スパニッシュオムレツ		・さばの煮つけ		・カレー	
・厚揚げの煮物		・豚肉と大根のうま煮		・切干大根のカレー風味煮物		・野菜炒め		・マカロニサラダ	
・野菜と玉子の和え物		・しらたきの酢の物		・れんこんサラダ		・野菜の和え物		・ゼリー・福神漬け	
11日(月)	618・27g・2.7g	12日(火)	578・20g・2.7g	13日(水)	531・26g・2.4g	14日(木)	586・24g・2.2g	15日(金)	547・25g・2.3g
・さばのみそ煮		・豚肉の生姜焼き		・かれの煮つけ		・チキンカツ		・シャケの塩焼き	
・親子煮		・ひじきの煮物		・五目春雨		・細切り昆布の煮物		・豚肉と里芋の煮物	
・三色野菜のナムル		・和風サラダ		・きゅうりのごま酢和え		・ごぼうサラダ		・もやしの和え物	
18日(月)	624・21g・2.7g	19日(火)	542・24g・2.2g	20日(水)	581・25g・2.3g	21日(木)	557・26g・2.4g	22日(金)	580・15g・2.5g
・豚肉の野菜巻き		・さばの塩焼き		・若鶏の照り焼き		・あじフライ		・コロッケ	
・生あげの煮物		・ホイコーロ		・うすあげの煮物		・八宝菜		・がんもどきの煮物	
・春雨サラダ		・三色野菜のナムル		・きのこ入りきんぴら		・糸かてんの酢の物		・にら玉炒め	
25日(月)	566・24g・1.7g	26日(火)	573・16g・2.3g	27日(水)	559・25g・2.8g	28日(木)	562・17g・3.0g	29日(金)	576・27g・2.3g
赤飯(おかずには付きません)		・牛肉の炒め物		・さばの塩焼き		・肉団子の甘酢あん		・白身魚の煮付け	
・シャケの塩焼き・野菜の和え物		・切干大根の煮物		・筑前煮		・ひじきの煮物		・親子煮	
・豚肉とごぼうの煮物		・スパゲティサラダ		・棒棒鶏サラダ		・野菜とコーンのソテー		・野菜のマヨネーズ和え	
								・若鶏のマスタード焼き	
								・高野豆腐の煮物	
								・海藻サラダ	