

5月 献立表(透析食)

月		火		水		木		金										
						1		2										
						アソのごま焼	麦	揚げ豆腐の挽肉あん	乳麦									
						ミックスソテー	乳麦	ブロッコリー										
						豚肉のマヨマスタード炒め	卵麦	スバゲイイタリアン	卵乳麦									
						キャロットエッグ	卵乳麦	じゃが芋の中華風サラダ	麦									
						おかず	セット	おかず	セット									
						エネルギー	294kcal	584kcal	エネルギー	316kcal	606kcal							
						たんぱく質	17.8g	22.7g	たんぱく質	15.4g	20.3g							
						脂質	16.9g	17.6g	脂質	14.8g	15.5g							
						炭水化物	16.1g	79.0g	炭水化物	30.7g	93.6g							
						ナトリウム	636mg	637mg	ナトリウム	797mg	798mg							
						カリウム	497mg	569mg	カリウム	583mg	655mg							
						リン	223mg	300mg	リン	173mg	250mg							
						食塩相当量	1.6g	1.6g	食塩相当量	2.0g	2.0g							
5		6		7		8		9										
				赤魚の酒粕焼	麦	鶏の幽庵焼き	麦	太刀魚の言じそ焼	麦									
				ひきのきんぴら	麦	人参グラッセ	乳麦	つま塩キャベツ	麦か									
				竹輪のごま炒め	麦	ブロッコリーのペペロンチーノ	卵乳麦	パピルホデトチキン	卵乳麦									
				ポテトサラダ	卵乳麦	えんどう豆の味噌マヨ和え	卵麦	マカロニサラダ	卵麦									
				おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット									
				エネルギー	314kcal	604kcal	エネルギー	299kcal	589kcal	エネルギー	307kcal	597kcal						
				たんぱく質	15.8g	20.7g	たんぱく質	15.0g	19.9g	たんぱく質	17.5g	22.4g						
				脂質	15.9g	16.6g	脂質	18.1g	18.8g	脂質	18.9g	19.6g						
				炭水化物	23.7g	86.6g	炭水化物	17.2g	80.1g	炭水化物	16.5g	79.4g						
				ナトリウム	790mg	791mg	ナトリウム	688mg	689mg	ナトリウム	649mg	650mg						
				カリウム	447mg	519mg	カリウム	348mg	420mg	カリウム	247mg	319mg						
				リン	163mg	240mg	リン	159mg	236mg	リン	69mg	146mg						
				食塩相当量	2.0g	2.0g	食塩相当量	1.7g	1.8g	食塩相当量	1.7g	1.7g						
				12		13		14		15		16						
				チキンピカタ	卵麦	マーボなす	麦落	鶏のマスタード焼き	麦	赤魚のごま焼	麦	豚バラと蓮根の炒め物	麦落					
				トマトソース	麦	鶏こぼろ	麦	人参グラッセ	乳麦	人参グラッセ	乳麦	スパダマド炒め	乳麦					
				豚挽肉と切干大根の煮物	麦	野菜サラダ	卵麦	ぜんまいとミンチの煮物	乳麦	豚肉とひきの炒め煮	麦	大根の甘酢漬						
				ピーマンと人参のツナ和え	麦	ドレッシング(小袋)	麦	マジョウサラダ	卵乳麦	チーズの油炒め	麦							
				おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット					
				エネルギー	272kcal	562kcal	エネルギー	339kcal	629kcal	エネルギー	291kcal	581kcal	エネルギー	293kcal	583kcal	エネルギー	325kcal	615kcal
				たんぱく質	13.4g	18.3g	たんぱく質	12.1g	17.0g	たんぱく質	13.9g	18.8g	たんぱく質	16.0g	20.9g	たんぱく質	9.4g	14.3g
				脂質	15.5g	16.2g	脂質	23.3g	24.0g	脂質	19.2g	19.9g	脂質	17.4g	18.1g	脂質	17.9g	18.6g
				炭水化物	18.5g	81.4g	炭水化物	21.6g	84.5g	炭水化物	14.7g	77.6g	炭水化物	18.7g	81.6g	炭水化物	30.0g	92.9g
				ナトリウム	759mg	760mg	ナトリウム	823mg	824mg	ナトリウム	538mg	539mg	ナトリウム	699mg	700mg	ナトリウム	653mg	654mg
				カリウム	472mg	544mg	カリウム	491mg	563mg	カリウム	534mg	606mg	カリウム	689mg	761mg	カリウム	422mg	494mg
				リン	155mg	232mg	リン	148mg	225mg	リン	143mg	220mg	リン	203mg	280mg	リン	131mg	208mg
				食塩相当量	1.9g	1.9g	食塩相当量	2.1g	2.1g	食塩相当量	1.4g	1.4g	食塩相当量	1.8g	1.8g	食塩相当量	1.7g	1.7g
				19		20		21		22		23						
				鯖の塩焼	麦	こんがりハンバーグ	乳麦	赤魚の甘辛タレ	乳麦	豚ばら肉炒め	麦	サリワの幽庵焼	麦					
				法蓮草の煮ひだし	麦	特製テミグラスソース	乳麦	人参のきんぴら	麦	さつま揚げと小松菜の煮まし	卵麦	ミックスソテー	乳麦					
				えのきのきんぴら	麦	増ゆでアスパラ	麦	ブロッコリーの煮物	麦	ハムと春雨のサラダ	卵乳麦	揚げ茄子と玉ねぎの煮物	麦					
				マカロニサラダ	卵麦	里芋のそぼろ煮	乳麦	大根のピリッと柚子風味サラダ	卵			ハンパンジーサラダ	乳麦					
				おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット					
				エネルギー	325kcal	615kcal	エネルギー	299kcal	589kcal	エネルギー	332kcal	622kcal	エネルギー	263kcal	553kcal			
				たんぱく質	13.0g	17.9g	たんぱく質	13.0g	17.9g	たんぱく質	11.3g	16.2g	たんぱく質	16.3g	21.2g			
				脂質	23.6g	24.3g	脂質	17.1g	17.8g	脂質	20.9g	21.6g	脂質	13.8g	14.5g			
				炭水化物	14.2g	77.1g	炭水化物	23.1g	86.0g	炭水化物	21.8g	84.7g	炭水化物	17.1g	80.0g			
				ナトリウム	507mg	508mg	ナトリウム	677mg	678mg	ナトリウム	784mg	785mg	ナトリウム	520mg	521mg			
				カリウム	395mg	467mg	カリウム	533mg	605mg	カリウム	393mg	465mg	カリウム	619mg	691mg			
				リン	188mg	265mg	リン	151mg	228mg	リン	148mg	225mg	リン	229mg	306mg			
				食塩相当量	1.3g	1.3g	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.6g	1.6g	食塩相当量	2.0g	2.0g			
				26		27		28		29		30						
				赤魚の磯辺焼	麦	揚げ豆腐の南蛮つけ	麦	鯖の照焼	麦	鶏のスタミナ醤油焼き	麦	酢豚	麦					
				増ゆでアスパラ	乳麦	ひじきと挽肉の炒め物	乳麦	ミックスソテー	乳麦	ブロッコリー		れんこんの五目炒め煮	麦					
				ナスの挽肉炒め	乳麦	フレンチマカロニ	卵乳麦	蒸し鶏と春雨の炒め物	麦	白菜と挽肉の旨煮	麦	切干大根煮	麦					
				カボチャとハムのサラダ	卵乳麦			切干と法蓮草のごまマヨネーズ	卵麦	中華サラダ	乳麦							
				おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット	おかず	セット					
				エネルギー	286kcal	576kcal	エネルギー	318kcal	608kcal	エネルギー	328kcal	618kcal	エネルギー	296kcal	586kcal	エネルギー	302kcal	592kcal
				たんぱく質	14.9g	19.8g	たんぱく質	11.5g	16.4g	たんぱく質	15.3g	20.2g	たんぱく質	18.0g	22.9g	たんぱく質	13.6g	18.5g
				脂質	17.2g	17.9g	脂質	16.3g	17.0g	脂質	22.5g	23.2g	脂質	16.8g	17.5g	脂質	9.0g	9.7g
				炭水化物	18.4g	81.3g	炭水化物	30.5g	93.4g	炭水化物	15.4g	78.3g	炭水化物	16.4g	79.3g	炭水化物	41.3g	104.2g
				ナトリウム	648mg	649mg	ナトリウム	768mg	769mg	ナトリウム	665mg	666mg	ナトリウム	731mg	732mg	ナトリウム	806mg	807mg
				カリウム	512mg	584mg	カリウム	458mg	530mg	カリウム	407mg	479mg	カリウム	496mg	568mg	カリウム	619mg	691mg
				リン	186mg	263mg	リン	138mg	215mg	リン	201mg	278mg	リン	87mg	164mg	リン	209mg	286mg
				食塩相当量	1.6g	1.7g	食塩相当量	2.0g	2.0g	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.9g	1.9g	食塩相当量	2.1g	2.1g

ライフテリのこころのこもった手作りの健康的なお弁当をお届けします！

営業時間: 8:30~17:00

●ご注意

- ・献立は仕入れの状況により、一部変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。
- ・表示の栄養価は、ご飯を含んだ値になっています。
- ・お弁当は涼しい場所に保管し、当日2時頃までにお召し上がり下さい。

アピックス ☎0248-63-1192

ライフテリ県中店 ☎080-1842-8531

キャンセルの際は前日の17時までにご連絡下さい。

※月曜日キャンセルの場合は、土曜日の17時までご連絡下さい