

4月行事食 減塩食



❀メニュー❀

桜海老ごはん

天ぷら(白身魚・蓮根・たらの芽)

天つゆ

白菜とウドの酢味噌和え

ふきの含め煮

白桃羹

エネルギー522kcal、蛋白質 18.1 g、炭水化物 89.0 g、食塩 1.8g

天ぷらは山椒塩を天つゆにし、和え物の味噌と煮物の醤油を減塩のものにする事で塩分を調整しました。
ボリュームがありどれもおいしくいただきました。

ソフト食



❀メニュー❀

おじや(桜海老)

さばムースのあんかけ

ブロッコリーのサラダ

ごま豆腐

さくらゼリー

ソフト食も主食を桜海老入りのおじやにして、少しでも季節感を味わって頂けるようにしました。

エネルギー562kcal、蛋白質 20.2 g、
脂質 16.6 g、炭水化物 81.9 g、食塩 2.3 g

