

福助弁当【5月の献立で一す★】

夕食セット	5/31(月)	  					5/1(土)
	他人煮						鶏ひき肉のマヨ焼き
	オーロラサラダ						竹輪の胡麻和え
	小松菜と油揚げのお浸し						南瓜の金平
	エネルギー-510kcal たんぱく質 21.2g 脂質 20.8g 食塩相当量 1.8g						エネルギー-546kcal たんぱく質 21.6g 脂質 22.4g 食塩相当量 1.8g
その他							
	5/3(月)	5/4(火)	5/5(水)	5/6(木)	5/7(金)	5/8(土)	
夕食セット	鯖のおろし煮	肉じゃが	豚肉の柳川風	おろしハバーク	スズキのアクアパッサ	豚肉のにんにく炒め	
	ブロッコリーのたらこ和え	鰯の照焼き	温野菜サラダ	南瓜の胡麻和え	ほうれん草の胡麻和え	切干大根の煮物	
	卵の花炒り煮	胡瓜の酢味噌和え	里芋の味噌かけ	青梗菜とハムの卵とじ	南瓜サラダ	白菜の胡麻和え	
	エネルギー-579kcal たんぱく質 21.6g 脂質 28.0g 食塩相当量 2.2g	エネルギー- kcal たんぱく質 g 脂質 g 食塩相当量 g	エネルギー-534kcal たんぱく質 19.0g 脂質 21.1g 食塩相当量 1.9g	エネルギー-560kcal たんぱく質 22.1g 脂質 20.9g 食塩相当量 2.0g	エネルギー-458kcal たんぱく質 22.8g 脂質 14.9g 食塩相当量 2.5g	エネルギー-462kcal たんぱく質 18.3g 脂質 16.5g 食塩相当量 1.9g	
	その他	至高の唐揚げ200円	うな丼500円		チーズケーキ150円		
	5/10(月)	5/11(火)	5/12(水)	5/13(木)	5/14(金)	5/15(土)	
夕食セット	豚しゃぶの胡麻タレ	金目鯛の煮付け	鮭のムニエル	麻婆茄子	しゅうまい	カジキの和風ステーキ	
	茄子と竹輪のきんぴら	ポテトサラダ	茄子の酢の物	鯖の塩焼き	里芋の煮付け	高野豆腐の煮物	
	薩摩芋の胡麻和え	春雨の炒め物	ビーフン炒め	胡瓜の酢の物	キャベツとツナのサッと煮	インディアンサラダ	
	エネルギー-695kcal たんぱく質 19.4g 脂質 36.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー-535kcal たんぱく質 21.0g 脂質 15.0g 食塩相当量 2.0g	エネルギー-490kcal たんぱく質 20.9g 脂質 18.7g 食塩相当量 1.4g	エネルギー-460kcal たんぱく質 20.8g 脂質 12.9g 食塩相当量 1.7g	エネルギー-499kcal たんぱく質 20.8g 脂質 12.9g 食塩相当量 1.7g	エネルギー-509kcal たんぱく質 24.2g 脂質 14.8g 食塩相当量 1.5g	
	その他		ローストビーフ丼500円	天丼500円			
	5/17(月)	5/18(火)	5/19(水)	5/20(木)	5/21(金)	5/22(土)	
夕食セット	鶏肉のもろみ焼き	青椒肉絲	天麩羅	回鍋肉	鶏肉のピカタ	メバルの煮漬け	
	ほうれん草の炒め物	胡瓜とじゃこの酢の物	大根と鶏肉煮物	ポテトサラダ	胡瓜の酢の物	里芋の胡麻味噌煮	
	ぬた	薩摩芋のいとこ煮	小松菜の辛し和え	鯖の塩焼き	ブロッコリーの胡麻和え	キャベツの炒め物	
	エネルギー-499kcal たんぱく質 23.0g 脂質 15.3g 食塩相当量 2.7g	エネルギー-488kcal たんぱく質 20.0g 脂質 9.1g 食塩相当量 2.2g	エネルギー-506kcal たんぱく質 20.7g 脂質 18.7g 食塩相当量 1.8g	エネルギー-533kcal たんぱく質 25.5g 脂質 22.4g 食塩相当量 1.4g	エネルギー-470kcal たんぱく質 22.2g 脂質 18.6g 食塩相当量 1.5g	エネルギー-477kcal たんぱく質 24.6g 脂質 11.2g 食塩相当量 2.4g	
	その他	チーズケーキ150円		ローストビーフ丼500円	至高の唐揚げ200円・パウンド150円		
	5/24(月)	5/25(火)	5/26(水)	5/27(木)	5/28(金)	5/29(土)	
夕食セット	鰯の南蛮漬け	ミックスフライ	鶏肉の靴漬け焼き	ニラ海老玉	鯖の味噌漬け焼き	豚しゃぶの葱ソースかけ	
	蓮根の煮物	肉じゃが	千草焼き	ほうれん草の雲和え	かぼちゃの煮付け	白和え	
	じゃが芋のたらこ和え	小松菜の昆布茶和え	白菜と油揚げの和え物	変わりきんぴら	胡瓜とかにかまのマヨ和え	薩摩芋のシナモン風	
	エネルギー-556kcal たんぱく質 20.4g 脂質 20.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー-690kcal たんぱく質 23.4g 脂質 28.6g 食塩相当量 3.4g	エネルギー-472kcal たんぱく質 24.0g 脂質 20.2g 食塩相当量 1.6g	エネルギー-427kcal たんぱく質 23.3g 脂質 11.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー-605kcal たんぱく質 17.5g 脂質 25.8g 食塩相当量 2.0g	エネルギー-596kcal たんぱく質 22.9g 脂質 19.0g 食塩相当量 1.5g	
	その他		うな丼500円				

※エネルギー量は、米飯100gで計算しております。 ※消費期限は、当日の19:00までとなっておりますので早めにお召し上がりください。

ライン・電話予約♪

✉ fukusuke6683@gmail.com

☎ 054-269-6683 (デイサービス福助内 担当: 田森)
駿河区中原493-1

●販売時間15:00~18:00

～ラインナップ～

- ・惣菜セット 350円
- ・白米 50円
- ・惣菜セット配達 450円
- ・その他

配達やっ
てます！

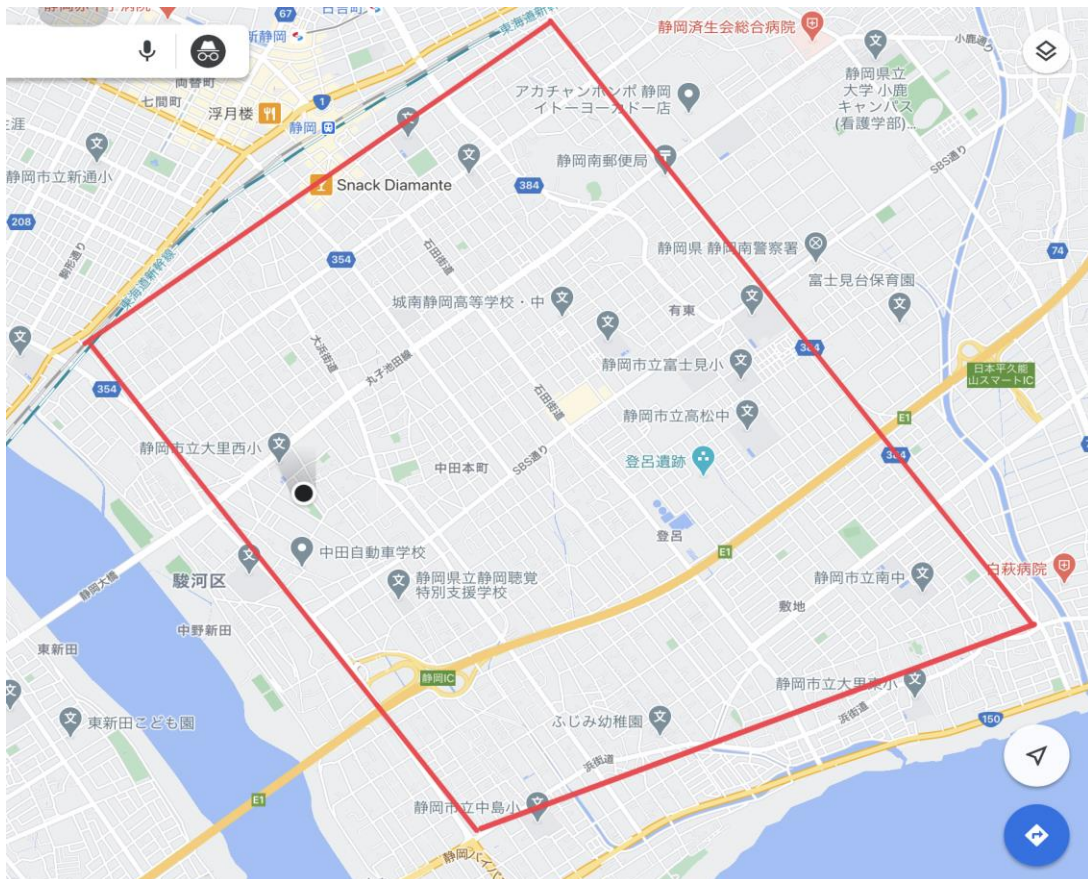
お得な
プラン！

惣菜セット配達月決めプラン

月～土プラン 10,600円 (税込み)

月～金プラン 9,000円 (税込み)

配達範囲：デイサービス福助周辺 赤枠内



デイサービス福助ホームページ



福助ホームページ⇒

福助弁当公式



福助弁当ライン⇒

