

●季節の献立

＝【5月】＝旬果旬菜パスタランチ



●栄養成分（献立全体）



食材：肉

熱量

641kcal

タンパク質

20.4g

脂肪

27.7g

塩分

3.2g

●簡易情報

旬の野菜や果物を使い、春らしいお食事をご用意いたしました。

ヨウ素制限中の患者様も禁止食材を使用していないため同じメニューでお召し上がりいただけます。

市販のドレッシングやソーセージをご使用の際は、ヨウ素制限中に摂取禁止な食材を使用していないかご確認の上ご使用ください。

＝材料・分量＝

季節野菜のペペロンチーノ

材料名	分量（g）
パスタ（乾）	70g
アスパラ	10g
そら豆	10g
ソーセージ	20g
にんにく	1g
たかの爪	0.1g
コンソメ（顆粒）	1g
しょうゆ	5g
オリーブ油	12g

コンソメスープ

材料名	分量（g）
ピーマン	5g
赤パプリカ	5g
じゃがいも	10g
コンソメ（顆粒）	1.1g
塩	0.2g
こしょう	適量
水	100ml

イタリアンサラダ

材料名	分量（g）
トマト	40g
アボカド	10g
むきえび	10g
レタス	10g
ルッコラ	1g

マリネドレッシング	10g
粒入りマスタード	1.5g
パannaコッタ	
材料名	分量 (g)
牛乳	50g
生クリーム	10g
砂糖	10g
バニラエッセンス	適量
ゼラチン	1.6g
マンゴー	10g
ブルーベリー	10g
いちごジャム	7g
水	1.5g
イタリアンパセリ	0.5g