

デイサービス予定献立表

4月分



1(土)			
赤飯			
カレイの七味焼き 筍の煮合わせ 木耳の酢の物 オレンジ 味噌汁			
熱量	蛋白質	脂質	食塩
441	23.6	5.1	3.0
いちごババロア			
94	2.0	2.6	0.0

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
昼食	ごはん 赤魚の照焼き 蓮根と竹輪の炊き合わせ いんげんの酢味噌和え バナナ 澄まし汁	ハヤシライス ミモザサラダ 香の物 黄桃缶 コンソメスープ	ごはん 鶏肉の山椒焼き ぜんまいの煮付け 菜の花のかに風味和え りんご 味噌汁	ごはん 鯖の味噌煮 ひじきの煮付け 春菊の胡麻和え パイナップル 豚汁	ごはん 豚挽肉の卵とじ 五目豆煮 オクラの磯和え マンゴー缶 味噌汁	お花畑ごはん 高野豆腐の煮物 牛乳みかん寒天 澄まし汁
	熱量 蛋白質 脂質 食塩 447 21.0 3.6 2.5	熱量 蛋白質 脂質 食塩 512 16.5 12.7 3.5	熱量 蛋白質 脂質 食塩 446 23.4 6.7 2.5	熱量 蛋白質 脂質 食塩 514 20.5 13.2 2.7	熱量 蛋白質 脂質 食塩 559 25.0 14.6 3.0	熱量 蛋白質 脂質 食塩 423 20.3 6.1 2.8
おやつ	原宿ドッグ	あんみつ	コーヒーゼリー	ワッフル	パウンドケーキ	フライドポテト
	109 2.6 5.0 0.1	63 2.3 0.9 0.0	62 0.1 2.1 0.0	97 2.8 5.3 0.2	183 2.5 8.8 0.3	137 1.5 7.3 0.2
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
昼食	ごはん 豚肉のプルコギ風 シューマイ チンゲン菜の華風和え 黄桃缶 中華スープ	かき揚げそば もずく真丈のかにあん ブロッコリーのしそ和え いちごゼリー	お花見弁当	コーンご飯 チーズメンチ/カレーコロッケ 木耳の春雨 白菜のお浸し フルーツ寒天 味噌汁	ごはん カレイの照焼き 卵の花炒め 菜の花の辛子和え バナナ 豚汁	ごはん 豚肉の生姜焼き 南瓜サラダ 春菊のピーナツ和え りんご 澄まし汁
	熱量 蛋白質 脂質 食塩 526 21.7 11.8 2.3	熱量 蛋白質 脂質 食塩 756 26.5 29.8 3.3	熱量 蛋白質 脂質 食塩 527 20.2 16.6 2.5	熱量 蛋白質 脂質 食塩 648 13.7 20.3 3.9	熱量 蛋白質 脂質 食塩 491 23.7 7.8 2.4	熱量 蛋白質 脂質 食塩 508 18.1 11.3 2.1
おやつ	お好み焼き	黒糖ふかし	プリン	あん巻き	ロールケーキ	コーヒーサンド
	70 2.7 2.7 0.5	68 1.4 0.2 0.3	123 2.9 5.7 0.1	128 2.8 1.2 0.1	113 1.4 5.3 0.1	125 1.6 4.5 0.1
	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
昼食	穴子入り卵丼 筍の炊き合わせ ポテトサラダ マンゴー缶 味噌汁	ごはん 揚げ鶏の甘酢あん 大根の煮物 キャベツのかに風味和え みかん缶 澄まし汁	ポークカレー 豆腐とトマトサラダ 香の物 フルーツ寒天 コンソメスープ	ごはん 鰯の西京漬け焼き がんもの煮付け オクラのしそ和え バナナ 澄まし汁	ごはん 鶏肉の梅肉焼き 高野豆腐の含め煮 菜の花の辛子和え ぶどうゼリー 味噌汁	ちらし寿司 さつま芋の甘煮 ほうれん草の胡麻和え フルーツポンチ 澄まし汁
	熱量 蛋白質 脂質 食塩 589 22.5 17.7 2.6	熱量 蛋白質 脂質 食塩 502 18.8 12.0 2.4	熱量 蛋白質 脂質 食塩 551 19.4 11.7 3.1	熱量 蛋白質 脂質 食塩 489 22.6 11.5 1.9	熱量 蛋白質 脂質 食塩 482 23.6 8.2 2.3	熱量 蛋白質 脂質 食塩 488 13.3 3.3 3.0
おやつ	どらやき	チョコロールケーキ	ホットケーキ	黒糖寒天	スイートポテト	ドーナツ
	106 2.1 0.4 0.1	152 1.8 8.4 0.1	104 1.7 5.2 0.2	115 0.5 4.1 0.0	67 0.6 0.1 0.0	133 1.9 8.1 0.2
	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
昼食	スタミナ丼 茄子の生姜煮 もやしのナムル風 フルーツ寒天 玉子スープ	ごはん タンダリーチキン 蓮根の炊き合わせ 春菊のピーナツ和え りんご 澄まし汁	ごはん タラのバター醤油焼き 大根柚子あんかけ チンゲン菜の辛子和え マンゴー缶 味噌汁	スパゲティー ナポリタン 鶏の唐揚げ コールスローサラダ 青りんごゼリー コンソメスープ	ごはん アジの塩焼き ひじきの煮付け 菜の花のわさび和え バナナ 味噌汁	豆ご飯 海老フライ 根菜マリネ ほうれん草のお浸し フルーツポンチ 味噌汁
	熱量 蛋白質 脂質 食塩 548 20.1 16.9 3.0	熱量 蛋白質 脂質 食塩 498 23.5 7.0 2.4	熱量 蛋白質 脂質 食塩 387 17.7 3.8 2.2	熱量 蛋白質 脂質 食塩 708 23.8 17.6 1.2	熱量 蛋白質 脂質 食塩 430 20.8 6.1 2.4	熱量 蛋白質 脂質 食塩 682 15.5 29.1 3.7
おやつ	イチゴサンド	ワッフル	牛乳寒天	一口まんじゅう	チョコババロア	抹茶ゼリー
	122 1.6 4.6 0.1	97 2.8 5.3 0.2	90 1.7 1.9 0.1	104 2.0 0.2 0.1	160 3.1 8.0 0.0	44 0.0 0.1 0.0

※材料の仕入れの状況により、献立を変更することがありますので、予めご了承下さい。

大室さくら苑