

3月ディサービス献立表



すかいベーカリーの
パンの販売は
27日の15時からです。



1(金)	2(土)
赤飯	ごはん
タラの照り焼き 枝豆しんじょう煮 キャベツのおかか和え マスカットゼリー	ハンバーグ 里芋の煮物 チンゲン菜のドレッシング和え 黄桃缶
味噌汁	味噌汁
396 18.0 6.3 2.9	552 19.5 17.1 2.0
コーヒー サンドモカ	いちご ババロア
139 1.8 6.1 0.1	76 2.0 2.6 0.0

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
昼食	肉うどん カニかまの天ぷら 茄子の和風和え ぶどうゼリー 青菜ごはん	ごはん 鮭チーズフライ 南瓜の含め煮 菜の花のさっぱり和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん 焼き鳥風 若竹煮 インゲンの辛子和え パイン缶 味噌汁	ごはん メヌケの煮物 鶏肉と蓮根の煮物 ほうれん草の京風和え フルーツカクテル缶 味噌汁	ごはん 回鍋肉 蒸し春巻き チンゲン菜のナムル 杏仁豆腐 中華スープ	ごはん カレイの和風あんかけ がんもの煮つけ オクラのお浸し 白桃缶 味噌汁
	522 16.7 12.7 3.1	482 15.4 8.6 2.6	423 15.3 12.2 3.5	395 18.6 4.1 2.2	534 21.3 15.6 2.7	441 22.4 7.5 2.8
おやつ	カステラ	豆乳プリン	桃のムース	ロールちゃん	ホットケーキサンド	ようかん
	108 2.2 1.0 0.0	61 1.9 1.0 0.0	45 1.1 1.1 0.2	83 1.2 4.2 0.1	104 1.7 5.3 0.3	78 3.9 0.2 0.0
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
昼食	ごはん 白身魚のピカタ 大根のボトフ 白菜のわさび和え フルーツカクテル缶 味噌汁	三色丼 かにしんじょう煮 オレンジゼリー 味噌汁	ごはん 赤魚の粕漬焼 肉さつま煮 菜の花のゆず和え パイン缶 味噌汁	ごはん シチュー ハートのハンバーグ 黄桃缶 コンソメスープ	ごはん 鶏肉の梅肉ソース 茄子の含め煮 インゲンの胡麻和え バナナ 味噌汁	ポークカレー スパゲティーサラダ 香の物 みかん缶 コンソメスープ
	446 12.9 12.6 2.9	475 17.6 13.1 3.7	413 19.5 4.9 2.2	415 14.6 10.5 1.7	502 20.8 12.8 3.2	493 14.0 13.1 3.2
おやつ	南瓜のババロア	あん巻き	シフォンケーキ	ぶどうのムース	芋ようかん	黒糖ふかし
	76 2.0 2.6 0.0	120 1.8 0.9 0.1	73 1.8 2.1 0.1	58 1.1 1.1 0.2	99 0.5 0.1 0.0	105 2.1 0.1 0.4
	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
昼食	かき揚げ丼 金平ごぼう いちごゼリー 味噌汁	ごはん タラの幽庵焼き 大根の錦糸和え チンゲン菜の生姜和え パイン缶 味噌汁	山菜そば 鶏天 キャベツの胡麻和え オレンジ ゆかりごはん	お花畠ごはん 蓮根と昆布の煮物 桃のムース 味噌汁	ごはん チンジャオロース 旨塩海老ナゲット 春菊の中華和え フルーツカクテル缶 中華スープ	ごはん サバの味噌煮 南瓜の煮物 白菜のお浸し みかん缶 すま汁
	529 10.3 17.5 2.9	353 15.8 1.5 2.8	401 16.3 4.1 2.9	426 15.9 10.0 3.5	450 20.9 8.4 2.8	498 21.4 13.0 2.6
おやつ	どら焼き	黒糖寒天	スイスロール	スイートポテト	抹茶ゼリー	プリン
	100 2.0 1.3 0.1	68 0.4 1.2 0.0	112 1.8 4.5 0.2	119 1.3 4.1 0.0	67 1.2 1.3 0.0	129 4.4 5.2 0.1
	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
昼食	ごはん 鰯の西京漬け焼き さつまいのレモン煮 チンゲン菜のおかか和え パイン缶 すまし汁	ひき肉カレー マカロニサラダ 香の物 青りんごゼリー コンソメスープ	ごはん アジの焼き南蛮風 がんもの煮物 菜の花のしそ和え みかん缶 味噌汁	ごはん 豚肉ときのこの炒め物 大根の田楽 キャベツのお浸し 白桃缶 すまし汁	ごはん 醤油ラーメン 焼餃子 マンゴープリン チャーハン	ごはん 白身魚の揚げ煮 卵豆腐のあんかけ 黄桃缶 味噌汁
	456 17.2 6.3 2.3	515 13.3 18.2 3.4	433 22.9 10.7 2.1	460 17.3 10.6 1.8	561 19.3 14.0 3.9	472 18.0 9.8 3.3
おやつ	杏仁豆腐	ロールちゃん	栗のババロア	フルーツ寒天	バナナスペシャル	みかんゼリー
	50 1.0 1.1 0.0	85 1.2 4.6 0.1	402 19.7 8.2 2.6	94 3.9 0.2 0.2	134 1.9 5.3 0.1	35 0.1 0.0 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