

1月



1/24(金) 15時～
すかいベーカリー パン販売



デイサービス献立表

4(土)			
キーマカレー			
コールスローサラダ			
イチゴババロア			
香の物			
コンソメスープ			
554	16.3	21.7	2.7
じゃがバター醤油			
84	1.1	4.2	0.4

	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
屋食	ごはん 豚焼肉 大根のかにあんかけ 菜の花のお浸し パイン缶 味噌汁	ごはん 海老ミックスフライ がんと煮つけ ほうれん草のおかか和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん アジの煮つけ ひじきの煮つけ 春雨の酢の物 ぶどうゼリー 味噌汁	ごはん 焼き鳥風 卵の花 もやしのわさび和え マンゴー缶 味噌汁	きのこあんかけうどん 鶏つくね 白菜のお浸し 白桃缶 青菜ごはん	ごはん 赤魚の柚子塩麹焼き 南瓜のいとこ煮 キャベツの梅肉和え オレンジ 味噌汁
	431 21.7 7.8 2.6	550 15.9 15.9 2.8	461 22.4 6.3 2.4	527 18.0 19.9 3.3	538 17.5 6.6 3.4	445 21.2 6.3 2.9
おやつ	みかんゼリー	コーヒーサンドモカ	ロールケーキ	パインムース	黒糖寒天	ホットケーキサンド
	62 0.3 1.2 0.0	111 1.5 4.9 0.1	107 1.7 4.3 0.2	60 1.4 1.5 0.2	103 0.6 2.7 0.0	121 1.9 6.2 0.3
	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
屋食	ごはん サバの塩焼き 五目煮豆 春雨のポン酢和え みかん缶 味噌汁	ごはん 豚肉の塩ダレ炒め 里芋の煮っ転がし ほうれん草のお浸し 桃のムース 味噌汁	鮭ちらし寿司 冬瓜のそぼろがけ 菜の花の胡麻和え パイン缶 味噌汁	ポークカレー スパゲティサラダ 香の物 黄桃缶 コンソメスープ	ごはん メバルの煮付け 茄子の銀あんかけ もやしのゆかり和え バナナ 味噌汁	ごはん 鶏肉のBBQソース さつま芋のレモン煮 チンゲン菜の胡麻和え フルーツカクテル缶 味噌汁
	535 24.5 16.4 2.7	458 21.3 8.7 2.2	457 18.7 10.8 3.3	553 16.1 16.4 3.2	449 15.2 13.0 1.7	500 18.7 9.4 2.0
おやつ	フルーツ寒天	イチゴスペシャル	チョコババロア	じゃがバター醤油	プリン	オレンジゼリー
	71 0.2 0.0 0.0	159 2.3 6.3 0.1	123 2.8 6.0 0.0	84 1.1 4.2 0.4	113 4.4 5.2 0.1	39 0.0 0.0 0.0
	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
屋食	ちゃんぽんラーメン 海老シュウマイ マンゴープリン わかめごはん	ごはん 赤魚の粕漬け焼き 大根の柚子味噌かけ もやしのわさび和え パイン缶 すまし汁	焼き鶏丼 がんと煮物 キャベツのお浸し 黄桃缶 味噌汁	ごはん 鰯の海鮮葱オイル焼き 蓮根金平 チンゲン菜の生姜和え オレンジ 味噌汁	ハヤシライス マカロニサラダ 香の物 フルーツカクテル缶 コンソメスープ	ごはん とんかつ 竹輪と昆布の煮物 菜の花のしそ和え 白桃缶 味噌汁
	577 24.4 11.6 2.7	391 16.0 4.7 2.8	558 20.7 19.6 3.3	447 17.7 11.8 2.4	521 16.8 17.0 3.2	487 17.4 12.7 2.8
おやつ	ホットケーキサンド	抹茶ゼリー	イチゴムース	コーヒーロール	芋ようかん	黒ごまプリン
	106 1.6 5.4 0.3	51 0.2 1.2 0.0	60 1.4 1.5 0.2	115 1.7 4.9 0.1	106 0.6 0.1 0.0	73 2.2 2.4 0.1
	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	
屋食	ごはん ハンバーグのデミグラスソース 青菜のバターソテー もやしのお浸し パイン缶 味噌汁	ごはん アジの煮つけ 五目煮豆 キャベツの胡麻和え みかん缶 味噌汁	ごはん 鶏肉のガーリック焼き 塩麹金平 白菜のおかか会え バナナ 味噌汁	わかめうどん 南瓜の甘煮 菜の花の胡麻和え 黄桃缶 ゆかりごはん	ごはん グラタンフライ 花野菜の和風煮 春雨のポン酢和え ぶどうムース 味噌汁	
	578 21.5 22.1 2.5	390 16.3 3.7 2.9	473 19.9 13.1 2.6	505 20.3 5.7 2.6	507 10.7 12.4 2.5	
おやつ	あんみつ	バニラババロア	ロールちゃん	いちごゼリー	シフォンケーキ	
	105 2.8 0.9 0.0	97 2.2 4.5 0.0	150 2.1 8.1 0.2	61 0.2 2.0 0.0	85 2.1 2.4 0.1	

謹賀新年



※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