



デイサービス 献立表

4月



1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
赤飯 メバルの幽庵焼き 彩りしんじょう煮 いんげんの磯和え パイン缶 味噌汁	ごはん 鶏肉のガーリック焼き ポテトのコンソメ煮 チンゲン菜のお浸し みかん缶 味噌汁	ごはん 赤魚のみりん漬け焼き ごぼうの旨煮 もやしの胡麻和え 青りんごゼリー 味噌汁	ごはん 豚肉の塩ダレ炒め さつま芋の甘煮 白菜のポン酢和え 白桃缶 味噌汁
482 20.2 9.6 2.6	462 20.3 8.5 2.5	414 17.8 3.5 2.1	542 19.8 9.7 1.6
フルーツ寒天	カステラ	ロールちゃん	あんみつ
41 0.0 0.0 0.0	103 2.1 0.9 0.0	117 1.6 6.3 0.1	83 2.3 0.9 0.0

6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
ビーフカレー コールスローサラダ 香の物 みかん缶 コンソメスープ	ごはん タラの照焼き 茄子煮 チンゲン菜のお浸し 白桃缶 味噌汁	ちらし寿司 炊き合わせ 白菜の辛子和え イチゴババロア 味噌汁	ごはん グラタンフライ 大根のそぼろ煮 ほうれん草のしそ和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん サバの塩焼き 蓮根と昆布の煮物 キャベツの胡麻和え バナナ 味噌汁	ごはん 茄子と豚肉の炒め物 ブロッコリーのコーンあんかけ もやしのお浸し マンゴー缶 味噌汁
539 15.2 15.7 2.3	481 19.4 9.6 2.2	488 15.4 12.0 2.7	528 12.1 12.5 2.2	587 19.9 20.9 2.5	502 21.6 12.5 1.8

おやつ	イチゴスペシャル	マスカットゼリー	ホットケーキサンド	ようかん	ぶどうムース
124 1.8 4.9 0.1	44 0.0 0.1 0.0	87 1.4 4.4 0.2	78 3.9 0.2 0.0	38 0.9 1.0 0.1	107 1.7 4.3 0.2

13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
ごはん 鶏肉の和風ソース 南瓜の煮物 チンゲン菜のドレッシング和え パイン缶 味噌汁	わかめそば 豆腐の銀あんかけ カリフラワーのポン酢和え 桃のムース 青菜ごはん	ごはん 豚肉の生姜炒め さつま芋の甘辛煮 キャベツのお浸し オレンジ 味噌汁	ごはん 鰯の海鮮葱塩焼き 姫川の土佐煮 菜の花の錦糸和え 白桃缶 味噌汁	ゆかりごはん とんかつ がんもの煮つけ ほうれん草のかに風味和え フルーツカクテル缶 味噌汁	ごはん メバルの煮つけ 里芋の田楽 白菜の磯和え ぶどうゼリー すまし汁
522 19.7 10.4 2.3	463 22.6 6.8 2.5	485 18.6 4.9 2.0	495 20.8 10.9 2.5	554 18.7 15.2 2.9	425 15.9 2.9 2.2

おやつ	チョコプリン	バナナスペシャル	抹茶ゼリー	じゃがバター	みかん寒天
82 1.7 2.9 0.0	125 1.8 5.0 0.1	59 0.7 1.2 0.0	56 0.8 4.2 0.1	39 0.1 0.0 0.0	92 1.9 0.1 0.4

20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
-------	-------	-------	-------	-------	-------

昼食	ごはん 白身魚のフライ 卵豆腐のあんかけ 菜の花の梅肉和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん 焼き鳥 筍の煮物 キャベツの生姜和え バナナ 味噌汁	お花見 バイキング	ごはん 八宝菜 水餃子 春菊の中華和え マンゴープリン 中華スープ	ごはん あんこう団子の和風あんかけ 里芋の煮物 オクラのおかか和え みかん缶 味噌汁
おやつ	497 19.7 9.0 3.0	461 16.5 11.0 2.9	537 21.2 4.5 2.3	452 16.5 4.7 2.3	526 13.2 16.8 3.2
おやつ	フルーツゼリー	ロールちゃん	ホットケーキサンド	豆乳プリン	スイートポテト
おやつ	37 0.1 0.0 0.0	98 1.4 4.9 0.1	88 1.3 4.5 0.2	53 1.9 1.0 0.0	101 1.1 3.2 0.0

27(月)	28(火)	29(水)	30(木)
-------	-------	-------	-------

昼食	味噌ラーメン 蒸し春巻き みかん缶 青菜ごはん	ごはん 鶏肉の生姜あん 五目煮豆 ブロッコリーのさっぱり和え パイン缶 味噌汁	筍のごはん サバの塩焼き 南瓜のいとこ煮 菜の花のお浸し 黄桃缶 味噌汁	ごはん 海老ミックスフライ 大根の柚子味噌かけ 春菊のわさび和え イチゴゼリー すまし汁
おやつ	562 18.0 18.4 2.5	524 26.8 12.3 3.0	578 19.3 17.3 2.5	532 13.3 12.9 2.9
おやつ	抹茶ババロア	みかんゼリー	コーヒーサンドモカ	あん巻き
おやつ	96 2.6 3.8 0.0	50 0.2 0.0 0.0	93 1.2 4.1 0.1	86 1.3 0.6 0.1

※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

