



# デイサービス がっ 献立表



	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
昼食	赤飯 マスの塩焼き 炊き合わせ もやしの梅肉和え みかん缶 味噌汁	ごはん 海老ミックスフライ ひじきの煮物 チンゲン菜の柚子和え 白桃缶 味噌汁	ちらし寿司 がんもの煮物 白菜のおかか和え ぶどうゼリー 味噌汁	ごはん アジの味噌漬け焼き 里芋の煮物 ブロッコリーの辛子和え フルーツカクテル缶 かきたま汁	ごはん 鶏肉のガーリック焼き 五目煮豆 バジルチーズパスタサラダ バナナ 味噌汁	ごはん 豚肉のポン酢炒め 塩麴金平 春菊のお浸し 桃のムース 味噌汁
おやつ	カステラ	バニラババロア	イチゴスペシャル	あんみつ	フルーツゼリー	ロールちゃん
	494   22.9   11.2   2.6	511   13.6   13.4   2.1	453   14.6   8.5   3.0	461   24.8   5.4   2.2	582   24.5   17.2   2.8	470   21.5   7.3   2.7
	88   1.8   0.8   0.0	76   2.0   2.6   0.0	124   1.8   4.9   0.1	83   2.3   0.9   0.0	37   0.1   0.0   0.0	98   1.4   4.9   0.1

	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
昼食	ごはん ハンバーグ 切干大根の煮物 菜の花の胡麻和え 黄桃缶 味噌汁	チキンカレー マカロニサラダ イチゴゼリー 香の物 コンソメスープ	ごはん ブリの照焼き イカとオクラ団子の煮物 キャベツのお浸し オレンジ 味噌汁	きつねうどん さつま芋の甘煮 いんげんの和風和え 白桃缶 わかめごはん	ごはん サバの塩焼き 筍の煮物 白菜のお浸し パインムース すまし汁	ごはん 鶏肉の醤油香味揚げ 南瓜の煮物 ほうれん草のわさび和え マンゴー缶 味噌汁
おやつ	みかん寒天	黒糖ふかし	黒ゴマプリン	ホットケーキサンド	抹茶ゼリー	チョコババロア
	570   21.7   15.9   2.1	537   15.2   13.9   3.0	509   17.7   15.1   2.8	541   16.2   8.8   2.9	535   19.3   19.6   2.0	492   15.8   9.5   2.1
	39   0.1   0.0   0.0	69   1.4   0.1   0.3	87   2.5   2.6   0.1	87   1.4   4.4   0.2	59   0.7   1.2   0.0	76   2.0   2.6   0.0

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
昼食	ごはん 牛肉のデミグラスソースかけ ポトフ もやしのお浸し パイン缶 味噌汁	ごはん 八宝菜 蒸し春巻き キャベツのナムル マンゴープリン 中華スープ	ごはん ホキのレモンペッパー焼き しんじょう煮 カリフラワーのお浸し 白桃缶 味噌汁	ごはん はんぺんフライ じゃが煮 チンゲン菜の梅肉和え 青りんごゼリー 味噌汁	焼き鳥丼 茄子のカニあんかけ ほうれん草のポン酢和え みかん缶 味噌汁	ごはん メバルの幽庵焼き ひじきの煮物 白菜のお浸し バナナ 味噌汁
おやつ	フルーツ寒天	シフォンケーキ	黒糖寒天	あん巻き	ぶどうムース	オレンジゼリー
	492   19.1   11.8   2.3	558   19.2   13.5   2.5	454   118.5   9.2   2.1	482   13.0   5.5   2.6	575   18.4   22.2   3.6	422   15.5   5.8   2.9
	41   0.0   0.0   0.0	63   1.5   1.8   0.1	77   0.5   1.9   0.0	103   1.6   0.8   0.1	45   1.1   1.1   0.2	60   0.2   1.9   0.0

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
昼食	冷やし中華 海老シュウマイ マスカットゼリー 青菜ごはん	ごはん 白煮魚フライ 南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し パイン缶 味噌汁	ごはん 豚肉のゴマダレかけ がんもの煮物 チンゲン菜のしそ和え フルーツカクテル缶 味噌汁	ごはん 赤魚の粕漬焼き 切干大根の煮物 菜の花の磯和え オレンジ 味噌汁	ごはん 鶏肉の山賊焼き さつま煮 キャベツの錦糸和え マンゴー缶 味噌汁	ひき肉カレー スパゲティーサラダ 香の物 白桃缶 コンソメスープ
おやつ	ロールケーキ	チョコプリン	ホットケーキサンド	じゃがバター	コーヒースンドモカ	ようかん
	483   16.5   7.9   2.5	503   15.1   7.6   2.2	528   21.4   15.2   2.2	382   17.6   3.4   2.8	564   21.5   9.6   2.9	563   15.1   18.1   3.0
	107   1.7   4.3   0.2	82   1.7   2.9   0.0	88   1.3   4.5   0.2	56   0.8   4.2   0.1	93   1.2   4.1   0.1	78   3.9   0.2   0.0

	29(月)	30(火)
昼食	ごはん グラタンフライ 枝豆しんじょう煮 菜の花のさっぱり和え 黄桃缶 味噌汁	麻婆豆腐丼 水餃子 チンゲン菜の中華和え 杏仁豆腐 中華スープ
おやつ	プリン	スイートポテト
	528   12.9   14.0   2.7	539   19.5   14.4   2.5
	113   4.4   5.2   0.1	103   1.3   2.5   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。