

3月 デイサービス 献立表

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
昼食	赤飯 カレイの味噌煮 金平ごぼう 春菊の辛子和え 白桃缶 すまし汁	中華丼 蒸し春まき チンゲン菜の中華和え オレンジ 中華スープ	菜の花のちらし 南瓜の含め煮 キャベツのお浸し フルーツカクテル缶 味噌汁	ハヤシライス マカロニサラダ マンゴー缶 香の物 コンソメスープ	ごはん アジフライ 山菜の煮物 春雨のポン酢和え 桃ゼリー 味噌汁	ごはん チキンのBBQソース じゃが芋のコンソメ煮 ほうれん草の胡麻和え パイン缶 味噌汁
	391 13.1 4.8 3.0	496 17.7 12.3 2.0	424 14.7 3.3 2.4	570 18.0 19.2 3.4	506 15.6 6.4 2.5	488 20.6 9.6 2.2
おやつ	フルーツ寒天	じゃがバター	ロールちゃん	イチゴババロア	カステラ	プリン
	32 0.1 0.0 0.0	54 0.8 4.2 0.2	100 1.4 5.4 0.1	97 2.2 4.5 0.0	74 1.5 0.7 0.0	113 4.4 5.2 0.1

	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
昼食	ごはん 鶏肉の山賊ダレかけ 五目煮豆 キャベツのおかか和え バナナ 味噌汁	ごはん 白身魚の生姜焼き 里芋のずんだあん ほうれん草の錦糸和え 黄桃缶 味噌汁	ちゃんぽんうどん 野菜しゅうまい オクラのポン酢和え ぶどうのムース 青菜ごはん	ごはん ハンバーグ(トマトソース) 南瓜の煮物 チンゲン菜のお浸し みかん缶 味噌汁	生姜ごはん 鮭の塩焼き 高野豆腐の煮物 白菜のわさび和え 白桃缶 味噌汁	ごはん カニクリームコロッケ 大根の煮つけ もやしのゆかり和え いちごゼリー 味噌汁
	504 24.6 7.9 3.5	468 18.2 2.9 2.5	472 16.3 8.7 3.6	538 19.6 13.7 1.9	430 24.0 8.0 2.2	508 11.8 11.1 2.1
おやつ	コーヒーロール	あんみつ	ホットケーキサンド	メロンゼリー	豆乳プリン	シフォンケーキ
	108 1.6 4.7 0.1	84 2.3 0.9 0.0	69 1.1 3.5 0.2	40 0.0 0.1 0.0	96 2.1 2.9 0.0	79 1.9 2.2 0.1

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
昼食	ごはん ホワイトシチュー トマトペネサラダ マンゴー缶 コンソメスープ	ごはん サバのみりん漬け焼き ひじきの煮物 白菜の梅肉和え 桃のムース 味噌汁	ごはん ハムカツ さつま芋の甘煮 春菊の胡麻和え フルーツカクテル缶 味噌汁	わかめそば 卵豆腐のあんかけ ほうれん草の生姜和え パイン缶 ゆかりごはん	ごはん 鶏肉の南蛮ソース 茄子の田楽 菜の花のマヨ和え オレンジ すまし汁	お花畑ごはん がんもの煮物 いんげんのお浸し 黄桃缶 味噌汁
	553 14.9 13.2 1.3	551 17.7 19.2 2.6	538 11.8 8.4 2.1	415 20.7 8.2 3.1	532 214.0 15.6 2.4	430 14.3 8.6 2.6
おやつ	バニラババロア	バナナスペシャル	みかん寒天	キャラメルプリン	ロールちゃん	芋ようかん
	89 2.0 2.6 0.0	89 1.3 3.6 0.1	26 0.2 0.0 0.0	84 2.6 2.9 0.1	82 1.2 4.1 0.1	99 0.5 0.1 0.0

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
昼食	ごはん 豚肉の味噌炒め 竹輪と昆布の煮物 白菜の京風和え みかん缶 すまし汁	チキンカレー スパゲティーサラダ 香の物 フルーツカクテル缶 コンソメスープ	ごはん カレイの煮付け 南瓜のいとこ煮 菜の花のわさび和え 青りんごゼリー 味噌汁	ごはん 麻婆豆腐 春雨の中華炒め キャベツのナムル 白桃缶 中華スープ	タレチキンカツ丼 里芋の含め煮 ごぼうサラダ マンゴー缶 味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き 冬瓜の錦糸あんかけ チンゲン菜の胡麻和え バナナ 味噌汁
	507 19.4 13.0 2.5	531 15.6 12.5 3.2	464 22.9 2.2 2.8	463 15.6 13.9 2.1	582 14.0 18.4 2.5	449 20.3 8.9 2.4
おやつ	パインムース	抹茶ババロア	コーヒーサンドモカ	じゃがバター	黒糖寒天	スイスロール
	45 1.1 1.1 0.2	76 2.0 2.6 0.0	111 1.5 4.9 0.1	69 0.8 5.8 0.2	68 0.4 1.2 0.0	107 1.7 4.3 0.2

	29(月)	30(火)	31(水)
昼食	塩タンメン 蒸し春巻き マンゴープリン わかめごはん	ごはん ホキの香草焼き じゃが芋の肉味噌かけ キャベツの錦糸和え みかん缶 すまし汁	ごはん 鶏肉のガーリック焼き 海老団子の煮物 菜の花の柚子和え パイン缶 味噌汁
	522 18.6 15.4 3.1	443 20.9 5.0 2.3	486 26.5 12.8 3.0
おやつ	イチゴスペシャル	白桃寒天	チョコプリン
	106 1.5 4.2 0.1	7 0.0 0.0 0.0	82 1.7 2.9 0.0

大空さくら苑

※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。