

# 5月 デイサービス 献立表



1(土)

赤飯  
 鯖の塩焼き  
 金平ごぼう  
 春雨の酢の物  
 黄桃缶  
 味噌汁

519 | 22.5 | 10.2 | 2.8

ホットケーキサンド

80 | 1.3 | 4.0 | 0.2

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
昼食	<b>ゆかりごはん</b> ホキのみりん漬け焼き 里芋の煮物 オクラのお浸し パイン缶 味噌汁	<b>ハヤシライス</b> スパゲティーサラダ 香の物 オレンジ コンソメスープ	<b>子どもの国</b> タレチキンカツ丼 竹輪と昆布の煮物 ほうれん草のおかか和え いちごゼリー 味噌汁	ごはん <b>カレイの煮付け</b> 茄子炒め 白菜のわさび和え フルーツカクテル缶 味噌汁	<b>きつねうどん</b> 南瓜の甘煮 キャベツの胡麻和え 桃のムース 茶飯	ごはん <b>チキンの山賊ダレ</b> 大根の煮物 チンゲン菜の錦糸和え マンゴー缶 味噌汁
	454   18.6   4.9   2.8	516   15.5   14.7   2.7	521   17.9   11.7   3.2	439   10.9   10.6   2.2	457   12.8   4.8   2.9	509   20.8   13.1   2.8
おやつ	フルーツ寒天	シフォンケーキ	プリン	あんみつ	スイスロール	ぶどうゼリー
	53   0.2   0.0   0.0	63   1.5   1.8   0.1	96   3.6   4.4   0.1	84   2.3   0.9   0.0	114   1.8   4.6   0.2	61   0.2   2.0   0.0
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
昼食	ごはん <b>メンチカツ</b> ひじきの煮物 ほうれん草の和風和え バナナ 味噌汁	ごはん <b>赤魚の柚子塩麴焼き</b> さつまいもの胡麻煮 キャベツのお浸し みかん缶 味噌汁	ごはん <b>ポークカレー</b> バジルパスタサラダ 香の物 メロンゼリー コンソメスープ	ごはん <b>鶏肉のきのこソース</b> 茄子の煮物 菜の花のお浸し 黄桃缶 味噌汁	ごはん <b>サバの味噌煮</b> 卵の花 カリフラワーの辛子和え パイン缶 すまし汁	ごはん <b>タラの照焼き</b> じゃが芋の含め煮 チンゲン菜のお浸し 白桃缶 味噌汁
	571   16.3   18.0   2.3	441   19.0   3.8   2.5	543   13.8   16.5   2.6	525   21.4   14.7   1.9	553   18.1   18.9   2.3	363   18.5   3.0   2.4
おやつ	ようかん	パインのムース	イチゴスペシャル	みかん寒天	じゃがバター	マスカットゼリー
	59   2.9   0.2   0.0	45   1.1   1.1   0.2	106   1.5   4.2   0.1	26   0.2   0.0   0.0	36   0.6   2.4   0.2	61   0.2   2.0   0.0
	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
昼食	<b>焼きそば</b> 卵豆腐のあんかけ 菜の花の中華和え マンゴープリン 中華スープ わかめごはん	ごはん <b>ハンバーグマトソース</b> 大根のコンソメ煮 白菜のお浸し フルーツカクテル缶 味噌汁	ごはん <b>鮭の塩焼き</b> 里芋のずんだあん キャベツの柚子和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん <b>鶏肉のガーリック焼き</b> 筍の煮物 春雨のポン酢和え オレンジ 味噌汁	<b>ソースカツ丼</b> チンゲン菜の煮浸し 長芋のわさび和え 青りんごゼリー 味噌汁	ごはん <b>カレイの照焼き</b> 南瓜のいとこ煮 ブロッコリーの胡麻和え 白桃缶 味噌汁
	530   21.2   13.6   3.4	514   17.7   13.9   1.8	499   21.8   5.5   2.0	450   21.6   6.0   2.5	455   11.2   6.4   2.5	459   25.4   7.0   1.8
おやつ	カステラ	豆乳プリン	チョコババロア	コーヒーロール	バナナスペシャル	黒糖寒天
	88   1.8   0.8   0.0	45   1.5   0.8   0.0	76   2.0   2.6   0.0	108   1.6   4.7   0.1	107   1.5   4.3   0.1	68   0.4   1.2   0.0
	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
昼食	ごはん <b>白身魚フライ</b> じゃが芋の煮物 カリフラワーのしそ和え みかん缶 味噌汁	<b>醤油ラーメン</b> がんもの煮物 杏仁豆腐 青菜ごはん	ごはん <b>鶏肉の照焼き</b> 茄子の柚子味噌かけ ほうれん草の辛子和え パイン缶 すまし汁	ごはん <b>赤魚の粕漬焼き</b> さつまいもの甘辛煮 白菜のおかか和え オレンジゼリー 味噌汁	ごはん <b>豚肉の生姜炒め</b> 大根の含め煮 菜の花の錦糸和え 黄桃缶 味噌汁	<b>チキンカレー</b> カルボナーラパスタサラダ 香の物 バナナ コンソメスープ
	463   14.7   7.4   2.4	461   18.1   10.4   3.4	497   20.4   12.1   2.0	435   15.7   2.6   2.6	525   19.8   13.5   2.2	506   15.6   11.4   2.7
おやつ	ロールちゃん	コーヒーサンドモカ	芋ようかん	黒糖ふかし	イチゴババロア	キャラメルプリン
	8.3   1.2   4.2   0.1	93   1.2   4.1   0.1	77   0.5   0.1   0.0	100   2.0   0.1   0.4	76   2.0   2.6   0.0	65   1.9   2.3   0.1
	31(月)					
昼食	ごはん <b>豚肉と茄子の炒め物</b> ひじきの煮物 オクラのさっぱり和え パイン缶 すまし汁					
	567   17.9   20.6   2.1					
おやつ	抹茶ゼリー					
	51   0.2   1.2   0.0					

## 大室さくら苑

