

7月 デイサービス献立表

		1(木)				2(金)				3(土)			
		赤飯 カレイの照焼き 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のお浸し パイン缶 味噌汁				ごはん とんかつ ひじきの煮物 白菜の錦糸和え マンゴープリン 味噌汁				ごはん ホキのバター醤油焼き 茄子のあんかけ オクラの和風和え 白桃缶 味噌汁			
		441	23.9	4.2	2.7	499	14.1	10.9	2.9	449	16.2	13.1	2.6
		イチゴババロア				シフォンケーキ				オレンジゼリー			
		7.6	2.0	2.6	0.0	95	2.3	2.6	0.1	39	0.0	0.0	0.0

		5(月)				6(火)				7(水)				8(木)				9(金)				10(土)			
昼食		ごはん 鮭の照焼き 卵豆腐のあんかけ ほうれん草のドレッシング和え 桃ゼリー 味噌汁				ごはん ハンバーグ じゃが芋の和風煮 チンゲン菜のわさび和え バナナ 味噌汁				七タそうめん 鶏しんじょう煮 白菜の京風和え フルーツカクテル缶 ゆかりごはん				ごはん 鯖のみりん漬け焼き 卵の花 キャベツのお浸し みかん缶 味噌汁				ポークカレー コールスローサラダ 白桃缶 香の物 コンソメスープ				タレチキンカツ丼 さつまいもの甘露煮 菜の花の梅肉和え パインムース 味噌汁			
		460	24.5	8.7	2.6	546	19.5	13.9	2.3	510	16.9	10.6	3.0	569	18.3	20.6	2.3	531	14.8	19.9	2.6	579	15.5	15.0	2.0
おやつ		コーヒーロール				抹茶ババロア				芋ようかん				ホットケーキサンド				豆乳プリン				イチゴスペシャル			
		90	1.3	3.9	0.1	62	1.6	2.2	0.0	99	0.5	0.1	0.0	69	1.1	3.5	0.2	60	1.9	1.0	0.0	106	1.5	4.2	0.1

		12(月)				13(火)				14(水)				15(木)				16(金)				17(土)			
昼食		冷やし中華 がんもの煮物 杏仁豆腐 青菜ごはん				ごはん 豚肉の葱塩炒め 里芋の煮物 ほうれん草のお浸し フルーツカクテル缶 味噌汁				ごはん 赤魚の粕漬焼き 茄子の錦糸あんかけ 菜の花の和風和え オレンジ 味噌汁				ごはん 海老ミックスフライ かぶと筍の煮物 もやしのさっぱり和え マンゴー缶 味噌汁				ごはん 鯖の照焼き 冬瓜の煮合わせ チンゲン菜の胡麻和え パイン缶 味噌汁				チキンカレー マカロニサラダ 香の物 黄桃缶 コンソメスープ			
		479	17.2	10.8	2.4	518	19.3	13.3	1.8	465	17.4	14.1	2.7	440	12.7	8.0	2.7	486	23.8	10.0	2.2	561	16.9	15.3	3.1
おやつ		カステラ				メロンゼリー				チョコババロア				ロールちゃん				みかん寒天				キャラメルプリン			
		103	2.1	0.9	0.0	40	0.0	0.1	0.0	76	2.0	2.6	0.0	83	1.2	4.2	0.1	26	0.2	0.0	0.0	94	2.6	3.2	0.1

		19(月)				20(火)				21(水)				22(木)				23(金)				24(土)			
昼食		ごはん ホキのバジルオイル焼き つみれの煮合わせ オクラのさっぱり和え みかん缶 味噌汁				ごはん 鶏のから揚げ 豆腐のかにあん 菜の花のしそ和え 桃のムース 味噌汁				ごはん 鯖の味噌煮 さつま煮 チンゲン菜のわさび和え パイン缶 すまし汁				海の日 海老ピラフ 鶏肉のクリーム煮 トマトペネサダ ぶどうゼリー わかめスープ				スポーツの日 ロコモコ丼 白菜のドレッシング和え マンゴープリン コンソメスープ				ごはん 鯖の塩焼き 里芋のずんだあん ほうれん草の胡麻和え バナナ 味噌汁			
		454	18.2	10.2	2.5	530	24.7	16.7	2.2	555	15.8	15.5	2.2	490	18.3	10.4	2.8	538	16.5	19.2	2.3	510	22.7	5.9	2.0
おやつ		ようかん				ロールちゃん				プリン				黒糖ふかし				スイートポテト				抹茶ゼリー			
		78	3.9	0.2	0.0	85	12.2	4.6	0.1	92	3.6	4.4	0.1	100	2.0	0.1	0.4	119	1.3	4.1	0.0	51	0.2	1.2	0.0

		26(月)				27(火)				28(水)				29(木)				30(金)				31(土)			
昼食		ひき肉カレー スパゲティースラダ 青りんごゼリー 香の物 コンソメスープ				ミートスパゲティ ブロッコリーのツナ和え パイン缶 コーンスープ ふりかけごはん				ちらし寿司 肉団子の煮合わせ ほうれん草のおかか和え 白桃缶 味噌汁				ごはん チキンの照焼きソース 南瓜の煮物 カリフラワーの辛子和え みかん缶 味噌汁				ごはん 白身魚のフライ 五目煮豆 もやしの梅肉和え りんごのムース 味噌汁				ごはん 豚肉の生姜炒め 冬瓜の田楽 チンゲン菜の錦糸和え フルーツカクテル缶 すまし汁			
		560	15.6	18.4	3.1	495	17.1	11.7	3.3	401	14.9	7.1	2.6	512	21.0	11.5	2.3	467	18.3	6.4	2.8	513	17.5	12.7	1.7
おやつ		じゃがバター				黄桃寒天				バナナスペシャル				マスカットゼリー				クレープ				あんみつ			
		55	0.8	4.3	0.1	33	0.2	0.0	0.0	142	2.0	5.7	0.1	40	0.0	0.1	0.0	136	1.2	0.7	0.2	94	2.3	0.9	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