

2022年

1月 デイサービス献立表



4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
<p>ごはん</p> <p>メンチカツ</p> <p>竹輪と昆布の煮物 ほうれん草の辛子和え 黄桃缶 味噌汁</p>	<p>生姜ごはん</p> <p>タラの幽庵焼き</p> <p>里芋の煮物 春菊の京風和え パイン缶 味噌汁</p>	<p>醤油ラーメン</p> <p>鶏しんじょう煮 フルールカクテル缶 中華茶飯</p>	<p>ひき肉カレー</p> <p>コールスローサラダ 香の物 ぶどうゼリー コンソメスープ</p>	<p>ごはん</p> <p>鶏肉の葱塩焼き</p> <p>大根のみそかけ キャベツのお浸し 白桃缶 すまし汁</p>
562 17.4 14.0 3.3	445 20.7 5.1 2.5	465 17.3 11.2 3.5	547 14.4 18.9 2.7	440 19.4 5.6 2.2
<p>ようかん</p>	<p>キャラメルプリン</p>	<p>じゃがバター</p>	<p>ホットケーキサンド</p>	<p>チョコババロア</p>
78 3.9 0.2 0.0	113 3.4 4.3 0.1	58 0.9 4.3 0.1	80 1.3 4.0 0.2	101 2.7 3.9 0.0

10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
<p>ごはん</p> <p>海老フライ</p> <p>ひじきの煮物 ほうれん草の生姜和え パイン缶 味噌汁</p>	<p>かきたまうどん</p> <p>南瓜の甘煮 いんげんの胡麻和え メロンムース わかめごはん</p>	<p>チキンカツ丼</p> <p>五目煮豆 もやしの梅肉和え 黄桃缶 味噌汁</p>	<p>ごはん</p> <p>鯖のみりん漬け焼き</p> <p>金平ごぼう チンゲン菜のお浸し バナナ 味噌汁</p>	<p>ごはん</p> <p>麻婆豆腐</p> <p>春雨ソテー オクラのナムル フルールカクテル缶 中華スープ</p>	<p>青菜ごはん</p> <p>ホキのバター醤油焼き</p> <p>じゃが煮 春菊の柚子和え みかん缶 味噌汁</p>
482 11.8 11.4 2.7	4448 13.6 5.6 3.0	572 17.5 16.4 2.6	540 17.1 18.3 2.5	485 16.0 9.2 1.9	406 16.1 4.6 3.0
<p>芋ようかん</p>	<p>黒糖ふかし</p>	<p>抹茶ゼリー</p>	<p>ロールちゃん</p>	<p>黒ゴマプリン</p>	<p>フルーツ寒天</p>
99 0.5 0.1 0.0	69 1.4 0.1 0.3	64 0.8 1.3 0.0	75 1.1 3.7 0.1	120 4.4 4.4 0.2	32 0.1 0.0 0.0

17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
<p>焼きそば</p> <p>豆腐のかにあんかけ チンゲン菜の中華あんかけ マンゴー缶 中華スープ 胡麻ごはん</p>	<p>ごはん</p> <p>赤魚の香味しそ焼き</p> <p>茄子の田楽 ほうれん草のわさび和え オレンジ 具沢山味噌汁</p>	<p>ビーフカレー</p> <p>スパゲティーサラダ 香の物 桃ゼリー コンソメスープ</p>	<p>ごはん</p> <p>ハンバーグ</p> <p>さつまいもの煮物 菜の花のお浸し フルールカクテル缶 味噌汁</p>	<p>ごはん</p> <p>すき焼きコロッケ</p> <p>五目煮豆 春雨のドレッシング和え パイン缶 味噌汁</p>	<p>ごはん</p> <p>鶏肉のガーリック焼き</p> <p>かぶのクリーム煮 もやしの梅肉和え ぶどうムース 味噌汁</p>
206 20.3 12.1 4.0	515 19.9 17.2 2.6	551 16.1 15.0 3.0	589 19.9 13.3 2.3	515 13.3 9.7 2.8	444 21.3 7.0 2.4
<p>いちごババロア</p>	<p>あんみつ</p>	<p>スイスロール</p>	<p>スイートポテト</p>	<p>黄桃寒天</p>	<p>コーヒーサンドモカ</p>
76 2.0 2.6 0.0	87 2.3 0.9 0.0	89 1.4 3.6 0.1	85 1.3 1.6 0.0	33 0.2 0.0 0.0	167 2.2 7.3 0.1

24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
<p>ごはん</p> <p>豚焼肉</p> <p>大根の煮物 菜の花の胡麻和え パイン缶 味噌汁</p>	<p>天津飯</p> <p>もやしの中華炒め ブロッコリーのナムル 杏仁豆腐 中華スープ</p>	<p>ごはん</p> <p>アジフライ</p> <p>南瓜のいとこ煮 チンゲン菜のしそ和え 白桃缶 味噌汁</p>	<p>ごはん</p> <p>焼き鳥</p> <p>高野豆腐の煮物 キャベツの辛子和え マンゴー缶 味噌汁</p>	<p>きつねそば</p> <p>ひじきの煮つけ 白菜のお浸し マスカットゼリー 青菜ごはん</p>	<p>ポークカレー</p> <p>カルボナーラパスタサラダ 香の物 みかん缶 コンソメスープ</p>
518 20.4 12.4 2.6	481 15.1 8.5 3.1	523 17.1 9.4 2.1	471 21.5 10.4 2.3	398 13.5 5.0 2.6	578 16.4 19.1 2.8
<p>オレンジゼリー</p>	<p>クレープ</p>	<p>パイン寒天</p>	<p>プリン</p>	<p>ロールちゃん</p>	<p>抹茶水ようかん</p>
60 0.2 1.9 0.0	74 0.8 4.4 0.0	31 0.1 0.0 0.0	138 4.5 5.9 0.1	117 1.6 6.3 0.1	39 0.2 0.1 0.1

31(月)
<p>ごはん</p> <p>鶏肉の香草焼き</p> <p>さつまいものレモン煮 キャベツのおかか和え 黄桃缶 味噌汁</p>
512 23.1 6.5 2.2
<p>イチゴスペシャル</p>
106 1.5 4.2 0.1



大室さくら苑



新築