

# デイサービス献立表

## 4月



1(金)				2(土)			
赤飯 カレイの煮付け 肉詰めいなり オクラの生姜和え パイン缶 味噌汁				ごはん 豚肉のスタミナ炒め じゃが芋の白煮 キャベツの梅肉和え 黄桃缶 味噌汁			
467	17.5	8.2	3.0	529	18.9	11.8	2.3
ぶどうムース				桃ゼリー			
45	1.1	1.1	0.2	40	0.0	0.1	0.0

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
昼食	ごはん <b>鶏のから揚げ</b> 煮奴 チンゲン菜の辛子和え バナナ 味噌汁	<b>ビーフカレー</b> コールスローサラダ 香の物 メロンムース コンソメスープ	<b>きつねうどん</b> 茄子の田楽 白菜のポン酢和え みかん缶 ゆかりごはん	ごはん <b>豚肉の生姜炒め</b> 里芋の煮物 いんげんの胡麻和え フルーツカクテル缶 味噌汁	<b>ちらし寿司</b> 大根の柚子あんかけ キャベツのなめ茸和え 抹茶ゼリー すまし汁	ごはん <b>タラの香草焼き</b> 花野菜のコンソメ煮 ほうれん草のお浸し パイン缶 味噌汁
	523 22.8 17.1 2.1	566 18.2 19.6 2.6	508 13.9 13.7 2.9	530 17.4 11.1 2.1	408 14.4 3.1 2.5	441 21.5 7.8 2.4
おやつ	フルーツ寒天	カステラ	スイートポテト	あんみつ	コーヒーロール	キャラメルプリン
	32 0.1 0.0 0.0	74 1.5 0.7 0.0	119 1.3 4.1 0.0	84 2.3 0.9 0.0	126 1.8 5.4 0.1	92 2.8 3.9 0.1
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
昼食	ごはん <b>サバの塩焼き</b> 肉じゃが 春菊のおかか和え フルーツカクテル缶 味噌汁	<b>花見弁当</b> メニューは 当日のお楽しみです♪	<b>ポークカレー</b> マカロニサラダ 香の物 白桃缶 コンソメスープ	ごはん <b>鱈の海鮮葱オイル焼き</b> 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し オレンジ 味噌汁	<b>焼きそば</b> さつま芋のレモン煮 いんげんのナムル マンゴープリン 中華スープ 中華茶飯	ごはん <b>鶏肉のガーリック焼き</b> 五目煮豆 キャベツの辛子和え 黄桃缶 味噌汁
	640 24.5 24.5 3.3	609 21.3 16.5 3.2	587 16.7 19.2 3.5	480 21.2 12.8 2.5	558 16.6 11.1 3.1	478 24.1 8.3 2.8
おやつ	バナスペシャル	いちごクレープ	黄桃寒天	バニラババロア	シフォンケーキ	ようかん
	107 1.5 4.3 0.1	76 1.1 4.0 0.0	33 0.2 0.0 0.0	93 2.2 3.6 0.0	72 1.7 2.0 0.1	85 3.9 0.2 0.0
	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
昼食	<b>中華丼</b> 卵豆腐 ほうれん草の中華和え みかん缶 中華スープ	<b>鶏そば</b> 里芋の煮っころがし オクラのポン酢和え パイン缶 わかめごはん	ごはん <b>アジフライ</b> 大根の含め煮 ブロッコリーの生姜和え いちごのムース 味噌汁	ごはん <b>ハンバーグトマトソース</b> 南瓜の煮つけ チンゲン菜の胡麻和え 黄桃缶 味噌汁	ごはん <b>シチュー</b> ごぼうサラダ バナナ コンソメスープ	<b>青菜ごはん</b> <b>ブリの照り焼き</b> がんもの煮物 菜の花のしそ和え ぶどうゼリー 味噌汁
	477 19.2 11.5 2.0	412 18.0 4.0 2.5	473 18.6 7.4 2.8	571 19.6 15.0 2.2	597 14.7 22.2 2.6	532 20.2 15.1 2.9
おやつ	チョコババロア	寒天黒蜜	スイスロール	メロンゼリー	プリン	ホットケーキサンド
	87 2.3 3.6 0.0	76 1.0 0.5 0.0	89 1.4 3.6 0.1	51 0.3 1.1 0.0	128 4.6 5.0 0.1	80 1.3 4.0 0.2
	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
昼食	<b>ひき肉カレー</b> スパゲティーサラダ 香の物 パイン缶 コンソメスープ	ごはん <b>カレイのみりん漬け焼き</b> あおさと桜えびの卵の花 もやしの胡麻和え オレンジ 味噌汁	ごはん <b>鶏肉の葱塩焼き</b> 茄子の生姜あんかけ チンゲン菜の錦糸和え 黄桃缶 味噌汁	<b>味噌ラーメン</b> 鶏しんじょう煮 杏仁豆腐 茶飯	<b>筍のごはん</b> <b>赤魚の粕漬焼き</b> 南瓜のいとこ煮 カリフラワーの辛子和え 白桃缶 味噌汁	ごはん <b>とんかつ</b> 切干大根の煮物 菜の花の胡麻和え マンゴー缶 味噌汁
	558 15.9 18.2 3.1	415 22.5 3.7 2.8	499 20.6 13.6 2.2	581 22.5 19.1 3.1	474 21.4 5.2 3.0	499 14.9 11.3 2.3
おやつ	じゃがバター	ロールちゃん	イチゴババロア	コーヒーサンドモカ	パイン寒天	りんごのムース
	55 0.8 4.3 0.1	93 1.3 5.0 0.1	89 2.0 2.6 0.0	111 1.5 4.9 0.1	31 0.1 0.0 0.0	45 1.1 1.1 0.2

※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

大室さくら苑

