

土支田デイサービスセンター4月献立表

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
昼食	都合により献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。			ロコモコ風丼 スープ いんげんソテー 花野菜サラダ	ご飯 味噌汁 サーモンフライ 厚揚げの含め煮 小松菜の胡麻和え 漬物	ハヤシライス スープ 野菜たっぷりサラダ フルーツヨーグルト
3時				チョコパン エネルギー 638kcal	抹茶ババロア エネルギー 571kcal	イチゴスペシャル エネルギー 554kcal
	5	6	7	8	9	10
昼食	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜ポン酢炒め 切干大根煮 菜種和え フルーツ 水ようかん エネルギー 541kcal	ご飯 味噌汁 魚の野菜あんかけ ふきの炒め煮 大根サラダ 漬物 おしるこ エネルギー 541kcal	中華丼 スープ 厚揚げの中華風炒め ナムル フルーツ 黒糖ふかし エネルギー 556kcal	ご飯 味噌汁 鯖の香味焼き 春野菜の煮物 人参の胡麻和え 漬物 ブルーチェ（いちご） エネルギー 559kcal	けんちんうどん 厚焼き玉子 なめ茸和え フルーツポンチ バームクーヘン エネルギー 556kcal	ご飯 味噌汁 松風焼き ひじき煮 いんげん生姜醤油和え フルーツ りんごゼリー エネルギー 510kcal
3時	12	13	14	15	16	17
昼食	開花丼 味噌汁 がんものみぞれ煮 菜の花お浸し 漬物 いちごババロア エネルギー 520kcal	ご飯 スープ 鶏肉のトマト煮 じゃがバター 菜の花サラダ 漬物 ケーキ エネルギー 585kcal	たけのこご飯 清汁 魚の西京焼き 里芋の煮物 ブロッコリーサラダ ケーキ エネルギー 551kcal	たけのこご飯 清汁 鯖の磯辺焼き きんぴらごぼう キャベツのピーナッツ和え 豆乳プリン エネルギー 549kcal	たけのこご飯 清汁 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 山吹和え あんまん エネルギー 542kcal	ご飯 味噌汁 ブリの山椒焼き 根菜の炊き合わせ カニ風味サラダ フルーツ ブルーチェ（ピーチ） エネルギー 580kcal
3時	19	20	21	22	23	24
昼食	ご飯 スープ 肉団子の中華煮 オムレツ 華風和え フルーツ もみじまんじゅう エネルギー 545kcal	鮭しらす丼 味噌汁 高野豆腐の煮物 さつま芋サラダ フルーツ ミルクかん エネルギー 499kcal	ご飯 味噌汁 鯖の蒲焼 車麩の煮物 春菊の胡麻和え 漬物 あんみつ エネルギー 514kcal	オムライス スープ マカロニサラダ フルーツ プリン エネルギー 600kcal	ゆかりご飯 根菜汁 揚げ豆腐 里芋の含め煮 いんげんおかか和え フルーツ 黒糖フークレエ エネルギー 574kcal	ご飯 清汁 豚肉の味噌炒め 若竹煮 青梗菜ゆかり和え 漬物 黒胡麻汁粉 エネルギー 517kcal
3時	26	27	28	29	30	
昼食	鶏そば 北海卵巻き オクラとじゃこの和え物 フルーツ 選択おやつ エネルギー 571kcal	ご飯 スープ 酢豚 豆腐チャンプルー 華風和え フルーツ オレンジゼリー エネルギー 533kcal	シーフードカレー 豆腐スープ グリーンサラダ フルーツポンチ ヨーグルトババロア エネルギー 532kcal	ご飯 清汁 魚の竜田揚げカレー風味 南瓜そぼろ煮 ブロッコリーの酢味噌和え 漬物 コーヒーゼリー エネルギー 544kcal	ご飯 味噌汁 豚肉とごぼうの炒め物 高野豆腐含め煮 ツナサラダ 漬物 人形焼き エネルギー 604kcal	