

〇〇 4 月 献立表 〇〇

豊玉デイサービス

		1 (水)		2 (木)		3 (金)		4 (土)	
昼食		ごはん 沢煮焼 ぶりの照り焼き 炒り豆腐 ほうれん草のお浸し りんご缶 I単位・塩分 581 2.7	ごはん コンソメスープ タンドリーチキン じゃが芋とグリーンピースの炒め物 マカロニサラダ 漬物 I単位・塩分 504 2.2	ごはん すまし汁 カレイの西京焼き にらともやしの明太炒め 菜の花の浸し みかん缶 I単位・塩分 395 2.7	ごはん マセドアンスープ 鶏肉トマト煮込み かぼちゃソテー 花野菜サラダ カクテル缶 I単位・塩分 508 2.3				
3時		たいやき・ほうじ茶 I単位・塩分 106 0	フルーチェ・紅茶 I単位・塩分 56 0.2	吹雪まんじゅう・ほうじ茶 I単位・塩分 70 0	ショコラプチケーキ・紅茶 I単位・塩分 107 0.3				
		6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)		
昼食	ごはん 中華スープ ホイコーロー さつま芋の甘煮 ほうれん草の中華和え 漬物 I単位・塩分 514 2.9	ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き ふきの土佐煮 白菜の青しそ和え パイン缶 I単位・塩分 461 3.5	ごはん 中華スープ 五目豆腐 インゲンの炒め煮 春雨サラダ カクテル缶 I単位・塩分 507 3.4	ごはん すまし汁 鶏肉の味噌漬け焼き 切り昆布煮付け きゅうりともやしの酢の物 漬物 I単位・塩分 440 3.7	ごはん 中華スープ かに玉風 シューマイ もやしのナムル カクテル缶 I単位・塩分 509 3	ごはん 味噌汁 ますのマリネ 小松菜ときのこの炒め物 もやしサラダ みかん缶 I単位・塩分 494 5			
3時	ゼリー・紅茶 I単位・塩分 73 0	クレープ・紅茶 I単位・塩分 101 0.1	プチドック・紅茶 I単位・塩分 100 0.1	吹雪まんじゅう・ほうじ茶 I単位・塩分 70 0	手作り蒸しパン・紅茶 I単位・塩分 122 0.2	パンケーキ・紅茶 I単位・塩分 87 0.2			
		13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)		
昼食	山菜ご飯 すまし汁 デミグラスハンバーグ 里芋の煮物 菜の花の胡麻和え カクテル缶 I単位・塩分 477 3.6	かやくご飯 すまし汁 デミグラスハンバーグ 里芋の煮物 菜の花の胡麻和え カクテル缶 I単位・塩分 477 4.1	ごはん 味噌汁 さばの塩焼き レンコンの煮物 青梗菜の柚子風味和え 黄桃缶 I単位・塩分 438 2.9	カレーライス コンソメスープ カリフラワーサラダ 福神漬け パイン缶 I単位・塩分 542 3.3	ごはん 味噌汁 かれいの煮付け 炒り豆腐 ほうれん草のピーナッツ和え みかん缶 I単位・塩分 467 3.6	ごはん 味噌汁 鶏肉の治部煮 春雨のソテー インゲンのドレッシング和え 黄桃缶 I単位・塩分 501 3.6			
3時	ロールケーキ・紅茶 I単位・塩分 113 0	ドームケーキ・紅茶 I単位・塩分 132 0	プリン・紅茶 I単位・塩分 89 0	たいやき・ほうじ茶 I単位・塩分 106 0	メープルプチケーキ・紅茶 I単位・塩分 104 0.2	ショコラプチケーキ・紅茶 I単位・塩分 107 0.3			
		20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)		
昼食	コンソメスープ ミートボールのトマト煮 ほうれん草とコーンのソテー マカロニサラダ みかん缶 I単位・塩分 482 2.6	味噌汁 豚肉カレー風味炒め ひじき煮 オクラのなめたけ和え 黄桃缶 I単位・塩分 486 3.2	味噌汁 たらのから揚げ きのこソース (北海道郷土料理)じゃがバター 青梗菜の辛子マヨ和え 漬物 I単位・塩分 527 3.1	A 鶏肉のバター醤油焼き B 鶏肉のタルタルソースかけ ごはん 味噌汁 大根くず煮 カリフラワーの和え物 パイン缶 選択A 450 3.3 選択B 522 3.3	(リクエストメニュー)味噌ラーメン ギョーザ コールスローサラダ 黄桃缶 I単位・塩分 562 4.1	ごはん 味噌汁 豚肉と野菜のさっぱり和え 茄子の揚げ出し 菜の花のおかか和え 漬物 I単位・塩分 513 3.1			
3時	ピーナッツパン・紅茶 I単位・塩分 138 0.2	手作り芋ようかん・ほうじ茶 I単位・塩分 85 0.2	プチドック・紅茶 I単位・塩分 100 0.1	たいやき・ほうじ茶 I単位・塩分 106 0	フルーチェ・紅茶 I単位・塩分 56 0.2	パンケーキ・紅茶 I単位・塩分 87 0.2			
		27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)				
昼食	ごはん すまし汁 鯖の味噌煮 もやしの炒め物 キャベツの甘酢和え パイン缶 I単位・塩分 466 3.5	ごはん 卵スープ 鶏肉チーズ焼 白菜のクリーム煮 インゲンのサラダ みかん缶 I単位・塩分 447 2.8	ごはん 味噌汁 コロッセ盛り合わせ 小松菜の煮浸し 白和え 黄桃缶 I単位・塩分 518 3.4	わかめごはん 味噌汁 肉じゃが 金平ごぼう 青梗菜のマヨ和え みかん缶 I単位・塩分 534 3.5					
3時	ゼリー・紅茶 I単位・塩分 73 0	メープルプチケーキ・紅茶 I単位・塩分 104 3	吹雪まんじゅう・ほうじ茶 I単位・塩分 70 0	プチドック・紅茶 I単位・塩分 100 0.1					

お花見
平安時代、貴族の遊びとして始まったと言われる「お花見」。春になると地上に降りてくる「田んぼの神様」が宿るといわれる「桜」の花を、お酒やごちそうを楽しみながら賑やかに愛でる、日本古来の行楽行事です。お花見の習慣が広まったのは江戸時代のこと。現在でも桜の名所として知られる上野や隅田湖畔、王子の飛鳥山などに次々と桜が植えられ、江戸の人々の春を彩りました。

お花見弁当
色とりどり、華やかなお弁当を持って集まり、美酒を酌み交わしながら和気あいあいと楽しい時間を過ごす「ハレの日」。独自の香りを持つ桜の葉や花は、おなじみの「桜餅」や「桜湯」などにも使われ、和の料理に華やかな彩りと風味を加えてくれます。



* 都合により献立を変更することがあります