



土支田デイサービスセンター2月献立表



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
昼食	ほうとう 焼売 ツナと豆サラダ フルーツポンチ	ほうとう 五目ひじき煮 明太子ポテト フルーツポンチ	ほうとう 大根と厚揚げの煮物 菜の花のピーナツ和え フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 鱈の野菜あんかけ ツナじゃが ブロッコリーサラダ 漬物 選択おやつ	ご飯 味噌汁 メンチカツ 高野豆腐の卵とじ もやしポン酢和え 漬物 バームクーヘン	ご飯 味噌汁 鮭のマヨネーズ焼き じゃがいも金平 菜の花の辛子和え 漬物 どら焼き
3時	水ようかん エネルギー 513kcal	バナナパフェ エネルギー 507kcal	りんごケーキ エネルギー 593kcal	[A]エネルギー 573kcal [B]エネルギー 604kcal	エネルギー 627kcal	エネルギー 593kcal
	8	9	10	11	12	13
昼食	ご飯 スープ 麻婆茄子 南瓜の煮物 ナムル 漬物	親子丼 味噌汁 人参きんぴら フルーツ	ご飯 味噌汁 カレイの煮付け 筑前煮 わかめサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 豚肉の青椒風 大根の煮物 スパゲティサラダ フルーツ プリン	味噌ラーメン 蒸し餃子 華風和え フルーツ	ご飯 クリームシチュー ひじきサラダ フルーツポンチ
3時	ケーキ エネルギー 662kcal	ケーキ エネルギー 593kcal	ケーキ エネルギー 549kcal	エネルギー 629kcal	豆乳まんじゅう エネルギー 588kcal	チョコババロア エネルギー 551kcal
	15	16	17	18	19	20
昼食	菜飯 豚汁 コロツケ 野菜とお麩の卵とじ 温野菜サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 里芋と豚肉の旨煮 オクラのおかか和え 漬物	換肉カレー スープ コールスローサラダ 福神漬 フルーツヨーグルト	ご飯 スープ ハンバーグ 高野豆腐の煮物 さつまいものサラダ 漬物	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 厚揚げの煮物 ほうれん草ピーナツ和え 漬物 ミルクくずもち	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 大根旨煮 白菜の柚子浸し 漬物 コーヒーゼリー
3時	イチゴムース エネルギー 696kcal	ドーナツ エネルギー 553kcal	あんみつ エネルギー 621kcal	ココアムース エネルギー 689kcal	エネルギー 647kcal	エネルギー 492kcal
	22	23	24	25	26	27
昼食	中華丼 スープ さつまいもの甘煮 漬物	ご飯 スープ 肉団子 もやし炒め マカロニサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め ふろふき大根 春菊の白和え フルーツ	ネギトロ丼 清汁 里芋そぼろあんかけ 漬物	ご飯 味噌汁 肉じゃが 白菜のクリーム煮 カリフラワーの甘酢 漬物 選択おやつ	ご飯 味噌汁 めかじきの照り焼き がんもみぞれ煮 若布と油揚げのナムル 漬物 たい焼き
3時	蒸しパン エネルギー 609kcal	クッキー エネルギー 679kcal	マンゴープリン エネルギー 558kcal	スイスロール エネルギー 506kcal	[A]エネルギー 639kcal [B]エネルギー 658kcal	エネルギー 518kcal
	29					
昼食	ご飯 味噌汁 鯉フライ ピーマンソテー ブロッコリー酢味噌和え 漬物					
3時	豆乳プリン エネルギー 574kcal					

都合により献立を変更する場合がございます。予めご了承ください。