



土支田デイサービスセンター2月献立表



	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
昼食			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	ほうとう ひじき煮 明太子ポテト フルーツポンチ	ほうとう 焼売 ツナと豆サラダ フルーツポンチ	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
	3		おしるこ エネルギー 626kcal	バナナパフェ エネルギー 539kcal	節分おやつ エネルギー 622kcal	どら焼き エネルギー 562kcal
昼食	6	7	8	9	10	11
	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 赤魚の煮付け 筑前煮 海藻サラダ 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 漬物	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 フルーツ	味噌ラーメン 蒸し餃子 華風和え フルーツ
3	マフィン エネルギー 560kcal	フルーツゼリー エネルギー 484kcal	人参カップケーキ エネルギー 520kcal	ケーキ エネルギー 670kcal	ケーキ エネルギー 588kcal	ケーキ エネルギー 585kcal
昼食	13	14	15	16	17	18
	ご飯 味噌汁 コロツケ 野菜とお麩の卵とじ 温野菜サラダ フルーツ	菜飯 クリームシチュー ひじきサラダ フルーツポンチ	ボークカレー 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 菜の花スープ ハンバーグ 高野豆腐の煮物 さつま芋サラダ 漬物	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 車麩の煮物 ほうれん草ピーナツ和え 漬物	ご飯 味噌汁 豚肉とごぼうの炒め物 大根旨煮 白菜の柚子浸し 漬物
3	豆乳まんじゅう エネルギー 551kcal	シュークリーム エネルギー 523kcal	あんみつ エネルギー 558kcal	手作りおやつ エネルギー 620kcal	ミルクくずもち エネルギー 590kcal	黒糖かん エネルギー 516kcal
昼食	20	21	22	23	24	25
	ドライカレー スープ 温泉卵 大根とツナのサラダ フルーツポンチ	ご飯 スープ メンチカツ ビーフンソテー ブロッコリー酢味噌和え 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 フルーツ	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	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
3	抹茶ムース エネルギー 602kcal	豆乳プリン エネルギー 531kcal	クッキー エネルギー 582kcal	チョコババロア エネルギー 452kcal	ロールケーキ エネルギー 598kcal	たい焼き エネルギー 546kcal
昼食	27	28	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。			
	中華丼 冬瓜スープ さつま芋の甘煮 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子の中華煮 もやし炒め マカロニサラダ 漬物				
3	選択おやつ エネルギー 530kcal	黒糖まんじゅう エネルギー 512kcal				

