

土支田デイサービスセンター 4月献立表

	月	火	水	木	金	土
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。					さくらうどん ちくわの磯部揚げ さつま芋サラダ フルーツ お花見デザート エネルギー 547kcal
	3	4	5	6	7	8
昼食	ご飯 味噌汁 鶏肉の粕漬け焼き きんぴらごぼう 菜の花のくるみ和え 漬物 プリン エネルギー 506kcal	挽肉カレー スープ ツナサラダ 福神漬 フルーツ バナナパフェ エネルギー 601kcal	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 豆腐チャンプルー ひじきサラダ 漬物 水ようかん エネルギー 613kcal	ご飯・鮭のふりかけ 味噌汁 エビカツ 春野菜の煮物 ブロッコリー酢味噌和え 漬物 ケーキ エネルギー 642kcal	三色丼 味噌汁 冬瓜の蟹あんかけ フルーツ ケーキ エネルギー 560kcal	ご飯 スープ 豚肉の生姜焼き オムレツ ナムル 漬物 ケーキ エネルギー 630kcal
	10	11	12	13	14	15
昼食	ご飯 味噌汁 親子煮 がんもみぞれ煮 キャベツの辛子和え フルーツ パウンドケーキ エネルギー 612kcal	ご飯 味噌汁 鯖の野菜あんかけ ふきの炒め煮 カリフラワーサラダ 漬物 ドーナツ エネルギー 531kcal	ビビンバ スープ マカロニサラダ フルーツ コーヒーゼリー エネルギー 563kcal	ご飯 味噌汁 鮭のマヨネーズ焼き 炒り豆腐 南瓜サラダ 漬物 ココアワッフル エネルギー 601kcal	ご飯 スープ 麻婆茄子 厚揚げの煮物 もやしのごま酢和え 漬物 ミルクプリン エネルギー 502kcal	ご飯 味噌汁 ハンバーグ 切干大根煮 ポテトサラダ 漬物 はちみつレモンゼリー エネルギー 587kcal
	17	18	19	20	21	22
昼食	たけのご飯 清汁 豆腐ハンバーグ ひじき煮 菜の花と人参のサラダ どら焼き エネルギー 531kcal	たけのご飯 清汁 鯖の塩焼き 里芋の煮物 ブロッコリーサラダ あんみつ エネルギー 560kcal	たけのご飯 清汁 ほっけの塩焼き 南瓜の煮物 山吹和え ロールケーキ エネルギー 552kcal	ご飯 味噌汁 カレイの煮付け じゃが芋の煮物 竹輪ゴママヨ和え 漬物 いちごババロア エネルギー 500kcal	ご飯 味噌汁 茄子のトマト煮 粉ふき芋 キャベツとワカメの和え物 漬物 ピーナッツパン エネルギー 591kcal	豚丼 味噌汁 里芋の味噌煮 フルーツポンチ 豆乳プリン エネルギー 497kcal
	24	25	26	27	28	29
昼食	雑穀米 スープ 白身魚フライ 大根旨煮 オクラのおかか和え 漬物 豆乳くずもち エネルギー 522kcal	ご飯 味噌汁 ミートボール 車麩の煮物 白菜と塩昆布の和え物 フルーツ たい焼き エネルギー 612kcal	ご飯 スープ 手作り餃子 大根入り麻婆春雨 カリフラワーの甘酢 フルーツ 黒糖かん エネルギー 620kcal	ちゃんぽん さつま芋の甘煮 インゲンのピーナツ和え フルーツ キャロットゼリー エネルギー 567kcal	ご飯 スープ 鮭のおろし煮 じゃがバター スパゲティサラダ 漬物 杏仁豆腐 エネルギー 523kcal	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け じゃが芋そぼろ煮 大根の梅和え 漬物 選択おやつ エネルギー 501kcal