



# 土支田デイサービスセンター 1月献立表



	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4	
昼食	 <div style="border: 1px dashed black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">           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。         </div> 					シーフードカレー スープ 野菜たっぷりサラダ フルーツヨーグルト カルピスゼリー エネルギー 540kcal	
3時						6	7
昼食	ご飯 清汁 太刀魚の塩焼き 里芋のごま味噌煮 白菜の梅まぶし 漬物	七草粥 味噌汁 鯖の塩焼き 南瓜そぼろあん ほうれん草ピーナッツ和え フルーツ	ご飯 味噌汁 肉豆腐 オムレツ もやしのごま酢和え 漬物	ご飯 清汁 味噌とんかつ 大根旨煮 カリフラワーの甘酢 漬物	ご飯 味噌汁 海老カツ ジャガバター 春雨サラダ 漬物	ご飯 スープ 麻婆茄子 切干大根煮 二色和え フルーツ	
3時	杏仁豆腐 エネルギー 517kcal	ドーナツ エネルギー 631kcal	バナナパフェ エネルギー 565kcal	ケーキ エネルギー 636kcal	 ケーキ エネルギー 670kcal	ケーキ エネルギー 625kcal	
	13	14	15	16	17	18	
昼食	天井 清汁 ブロッコリー酢味噌和え フルーツ	 <h2>新年会メニュー</h2> 				そぼろ丼 味噌汁 豆腐とエビのくず煮 フルーツ	ご飯 スープ 鶏肉の葱塩だれ 粉ふき芋 人参サラダ 漬物
3時	クリームパン エネルギー 534kcal	吹雪まんじゅう エネルギー 616kcal	吹雪まんじゅう エネルギー 616kcal	吹雪まんじゅう エネルギー 616kcal	白あんぱん エネルギー 544kcal	抹茶の日 エネルギー 522kcal	
	20	21	22	23	24	25	
昼食	ご飯 中華スープ 中華風蒸し鶏 もやし炒め カリフラワーの甘酢 フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏じゃが ひじき煮 いんげんのおかか和え フルーツ	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ なすの肉味噌かけ 海草サラダ フルーツ	ご飯 かぼちゃスープ(備蓄品) チキンカツレツ 大豆と挽肉のトマト煮 グリーンサラダ フルーツ	ご飯 清汁 鯖のもろみ焼き きんぴらごぼう オクラのおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 白身魚フライ 大根の蟹あんかけ マカロニサラダ 漬物	
3時	バウンドケーキ エネルギー 585kcal	マロンババロア エネルギー 553kcal	水ようかん エネルギー 509kcal	ミルク寒天 エネルギー 535kcal	あんみつ エネルギー 527kcal	黒糖ふかし エネルギー 592kcal	
	27	28	29	30	31		
昼食	ご飯 味噌汁 鱈のチーズ焼き 厚揚げの煮物 ポテトサラダ 漬物	焼肉丼 スープ しゅうまい ナムル	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き ナポリタンソテー いんげんの和え物 漬物	挽肉カレー スープ 福神漬 白菜サラダ	ほうとう ひじき煮 枝豆ポテト フルーツポンチ	  	
3時	ぶどうゼリー エネルギー 559kcal	ミニあんまん エネルギー 533kcal	紅茶ゼリー エネルギー 652kcal	たいやき エネルギー 571kcal	選択おやつ エネルギー 563kcal		