

土支田デイサービスセンター4月献立表

	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
昼食			ご飯 味噌汁 豚肉とごぼうの炒め物 高野豆腐含め煮 ツナサラダ 漬物	ロコモコ風丼 スープ アスパラソテー 花野菜サラダ	ご飯 味噌汁 あじフライ 厚揚げの含め煮 いんげんごま和え フルーツ	ハヤシライス スープ 野菜たっぷりサラダ フルーツヨーグルト
3時			人形焼き エネルギー 605kcal	杏仁豆腐 エネルギー 529kcal	コーヒーゼリー エネルギー 552kcal	バウンドケーキ エネルギー 678kcal
	6	7	8	9	10	11
昼食	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜ポン酢炒め 切干大根煮 菜種和え フルーツ	ご飯 味噌汁 タラの野菜あんかけ ふきの炒め煮 カリフラワーサラダ フルーツ	中華丼 にら玉スープ 厚揚げの中華風炒め ナムル フルーツ	ご飯 味噌汁 松風焼き ひじき煮 いんげん生姜醤油和え フルーツ	ちゃんぽん しゅうまい 棒棒鶏サラダ フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 魚の香味焼 春野菜の煮物 人参の胡麻和え 漬物
3時	黒糖フークレエ エネルギー 604kcal	おしるこ エネルギー 523kcal	水ようかん エネルギー 513kcal	ケーキ エネルギー 624kcal	ケーキ エネルギー 632kcal	ケーキ エネルギー 597kcal
	13	14	15	16	17	18
昼食	開花丼 味噌汁 がんものみぞれ煮 菜の花お浸し	たけのこご飯 清汁 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 山吹和え	たけのこご飯 清汁 鯖の塩焼き 里芋の煮物 ブロッコリーサラダ	たけのこご飯 清汁 豆腐ハンバーグ 切干大根煮 人参サラダ	ご飯 スープ 鶏肉のトマト煮 じゃがバター 菜の花のお浸し フルーツ	ご飯 味噌汁 鯖の山椒焼き 根菜の炊き合わせ カニ風味サラダ 漬物
3時	バームクーヘン エネルギー 580kcal	クリームパン エネルギー 594kcal	黒糖ふかし エネルギー 577kcal	豆乳プリン エネルギー 499kcal	あんみつ エネルギー 501kcal	フルーチェ(いちご) エネルギー 506kcal
	20	21	22	23	24	25
昼食	ご飯 味噌汁 カレイの蒲焼 車麩の煮物 春菊の胡麻和え 漬物	鮭しらす丼 味噌汁 高野豆腐の煮物 さつま芋サラダ フルーツ	ご飯 スープ 肉団子の中華煮 オムレツ 華風和え フルーツ	オムライス スープ マカロニサラダ フルーツポンチ	グリーンピースご飯 根菜汁 擬製豆腐 里芋の含め煮 菜の花のお浸し 漬物	ご飯 清汁 豚肉の味噌炒め 若竹煮 いんげんのおかか和え フルーツ
3時	ドーナツ エネルギー 575kcal	ミルクかん エネルギー 505kcal	もみじまんじゅう エネルギー 533kcal	プリン エネルギー 597kcal	あんまん エネルギー 535kcal	黒胡麻汁粉 エネルギー 509kcal
	27	28	29	30	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。	
昼食	ご飯 味噌汁 鰯の薬味ソース 野菜とお麩の卵とじ なめ茸和え 漬物	ご飯 スープ 鶏肉の南蛮漬け 春巻き 華風和え 漬物	けんちんうどん 卵焼き 白菜とハムのサラダ フルーツ	ゆかりご飯 清汁 干草焼き 里芋の胡麻味噌 ほうれん草のお浸し フルーツ		
3時	オレンジゼリー エネルギー 509kcal	選択おやつ エネルギー 587kcal	抹茶ババロア エネルギー 515kcal	黒糖寒天 エネルギー 527kcal		