



# 土支田デイサービスセンター1月献立表



	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8	土 9
屋 食	 <p>新年会メニュー</p>			七草粥 味噌汁 鯖の塩焼き 南瓜の煮物 ほうれん草 フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏肉の葱塩焼き きんぴらごぼう ブロッコリー ぼん酢和え 漬物	ご飯 清汁 豚の味噌漬け焼 大根と竹輪の煮物 カリフラワーの甘酢 漬物
	吹雪まんじゅう エネルギー 678kcal	吹雪まんじゅう エネルギー 678kcal	吹雪まんじゅう エネルギー 678kcal	りんごゼリー エネルギー 504kcal	イチゴスペシャル エネルギー 525kcal	おしるこ エネルギー 547kcal
	11	12	13	14	15	16
屋 食	ご飯 スープ 海老カツ ジャガバター 春雨サラダ 漬物 ケーキ	ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 切干大根煮 小松菜の海苔和え フルーツ ケーキ	ご飯 ちらし玉スープ フルコギ風 蒸し餃子 もやしの胡麻酢和え 漬物 ケーキ	挽肉カレー 南瓜のスープ(備蓄品) 白菜サラダ 福神漬 フルーツ 黒糖寒天	ご飯 清汁 鶏肉の味噌焼き 生揚げのピリ辛煮 水菜の生姜醤油和え フルーツ ヨーグルトババロア	ご飯 味噌汁 魚の香味焼き 大根の蟹あんかけ 海草サラダ フルーツ バームクーヘン
	エネルギー 646kcal	エネルギー 556kcal	エネルギー 599kcal	エネルギー 622kcal	エネルギー 505kcal	エネルギー 506kcal
	18	19	20	21	22	23
屋 食	ご飯 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 マロンババロア	ご飯 清汁 魚の竜田揚げカレー風味 南瓜そぼろ煮 ブロッコリーの酢味噌和え 漬物 コーヒーゼリー	パン(備蓄品) クリームシチュー ミートボール ほうれん草サラダ プリン	ゆかりご飯 味噌汁 擬製豆腐 きんぴらごぼう いんげん胡麻マヨ和え フルーツ あんみつ	ご飯 清汁 味噌とんかつ 切干大根煮 人参サラダ フルーツ 黒糖まんじゅう	ご飯 スープ 白身魚フライ きのごソテー マカロニサラダ 漬物 フルーチェ(いちご)
	エネルギー 524kcal	エネルギー 527kcal	エネルギー 529kcal	エネルギー 523kcal	エネルギー 618kcal	エネルギー 536kcal
	25	26	27	28	29	30
屋 食	ご飯 味噌汁 肉豆腐 オムレツ もやしのごま酢和え 漬物 杏仁豆腐	ハヤシライス スープ 白菜とハムのサラダ フルーツヨーグルト ミニアんまん	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 高野豆腐の煮物 オクラゆかり和え 漬物 豆乳くずもち	ビビンバ スープ 厚揚げのオイスター炒め フルーツ いちごババロア	ご飯 味噌汁 カレイの煮付け 炒り豆腐 春雨サラダ 漬物 選択おやつ	カレーうどん さつま芋の甘煮 切干大根とひじきのぼん酢和え フルーツ オレンジゼリー
	エネルギー 516kcal	エネルギー 567kcal	エネルギー 527kcal	エネルギー 511kcal	エネルギー 528kcal	エネルギー 611kcal



都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

