



# 土支田デイサービスセンター2月献立表



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
屋食	ほうとう 茄子のピリ辛煮 菜の花ピーナッツ和え フルーツ	ほうとう 切干大根煮 ツナと豆サラダ フルーツ	ほうとう ひじき煮 枝豆ポテト フルーツ	ハヤシライス 花野菜スープ 白菜サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 高野豆腐の卵とじ 小松菜わさび和え 漬物	ご飯 味噌汁 鮭のマヨネーズ焼き 南瓜そぼろ煮 ほうれん草おかか和え 漬物
3時	黒糖ふかし	黒胡麻汁粉	イチゴスペシャル	ヨーグルトババロア	バームクーヘン	コーヒーゼリー
	エネルギー 500kcal	エネルギー 522kcal	エネルギー 519kcal	エネルギー 530kcal	エネルギー 509kcal	エネルギー 504kcal
	8	9	10	11	12	13
屋食	ご飯 味噌汁 魚の山椒焼き 厚揚げの煮物 海草サラダ フルーツ	ご飯 千切野菜のスープ 鶏肉の香草パン粉焼き いんげんソテー スパゲティーサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 ふくさ卵 じゃが芋きんぴら マカロニサラダ 漬物	ご飯 スープ チンジャオロース にんにくの芽炒め 華風和え フルーツ	そばろ井 味噌汁 がんもの煮物 人参サラダ	ポークカレー スープ コールスローサラダ 福神漬 フルーツ
3時	水ようかん	フルーツチェ（いちご）	ケーキ	ケーキ	ケーキ	チョコババロア
	エネルギー 505kcal	エネルギー 527kcal	エネルギー 650kcal	エネルギー 621kcal	エネルギー 611kcal	エネルギー 598kcal
	15	16	17	18	19	20
屋食	キャロットライス ポトフ ラタトゥーユ ミモザサラダ	ご飯 味噌汁 鶏照り焼き きんぴらごぼう ブロッコリー酢味噌和え 漬物	ネギトロ丼 清汁 里芋そぼろあんかけ フルーツ	きつねそば ちくわチーズ炒め 水菜の生姜醤油和え フルーツポンチ	ご飯 スープ BBQポーク ほうれん草のソテー カリフラワーのドレ和え 漬物	ご飯 味噌汁 めばるの幽庵焼き さつま芋の煮物 ツナサラダ フルーツ
3時	フルーツヨーグルト	黒胡麻プリン	クリームパン	黒糖フークレ	煎餅	豆乳プリン
	エネルギー 512kcal	エネルギー 505kcal	エネルギー 508kcal	エネルギー 519kcal	エネルギー 522kcal	エネルギー 526kcal
	22	23	24	25	26	27
屋食	ご飯 味噌汁 肉じゃが カリフラワーの蟹あんかけ ほうれん草ごま和え 漬物	ドライカレー（備蓄品） スープ 温泉卵 大根とツナのサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉とごぼうの炒め物 炒り豆腐 白菜の柚子浸し 漬物	ご飯 スープ 海老カツ じゃがバター 春雨サラダ 漬物	ちゃんぽん 茄子の胡麻味噌煮 中華サラダ フルーツ	ご飯 かき卵汁 鶏肉の味噌粕漬焼き 切干大根煮 春菊の白和え フルーツ
3時	あんまん	あんみつ	ミルク寒天	黒糖ゼリー <small>選択おやつ</small>	選択おやつ 黒糖ゼリー	杏仁豆腐
	エネルギー 538kcal	エネルギー 607kcal	エネルギー 521kcal	エネルギー 519kcal	エネルギー 592kcal	エネルギー 507kcal



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。

