

2017

## 4月の献立

松葉園デイサービス

日付	曜日	昼食	熱量kcal	3時おやつ	熱量kcal
1日	土	ご飯・鶏肉のトマトソース煮込み・コーンサラダ・コンソメスープ・漬物	514	どら焼き・せんべい・緑茶	91
3日	月	ご飯・回鍋肉・かにしゅうまい・春雨スープ・漬物	482	フルーツヨーグルト	112
4日	火	ご飯・魚の木の芽焼き・もやしとハムの華風和え・けんちん汁・漬物	393	さくらもち・ほうじ茶	48
5日	水	チキンカレー・ツナサラダ・トマトと卵のスープ	498	オレンジケーキ・紅茶	93
6日	木	きつねうどん・ふろふき大根・ワッフル	438	ようかん・緑茶	132
7日	金	ご飯・肉豆腐・ポテトサラダ・味噌汁・漬物	489	ロールケーキ・紅茶	118
8日	土	さくらご飯・お刺身・菜の花の黄身和え・すまし汁・ミニケーキ	541	せんべい・ジョア	82
10日	月	焼肉散らし寿司・茶碗蒸し・すまし汁・フルーツ	501	甘酒・せんべい	42
11日	火	ご飯・マーボー豆腐・春雨サラダ・ワントンスープ・漬物	512	プリンパフェ	115
12日	水	味噌ラーメン・しゅうまい・杏仁フルーツ	513	せんべい・まんじゅう・緑茶	82
13日	木	ゆかりご飯・鶏肉のおろししぎ焼き・若竹煮・味噌汁・漬物	502	手作りバナナケーキ・紅茶	169
14日	金	ご飯・さばの味噌煮・和風大根サラダ・すまし汁・漬物	440	栗せんざい・せんべい	228
15日	土	ご飯・酢豚・ツナときゅうり中華和え・ザーサイと卵のスープ・漬物	561	サブレ・紅茶	184
17日	月	山菜とろろそば・竹輪の磯辺揚げ・葛まんじゅう	449	チョコパイ・紅茶	164
18日	火	ご飯・マーボーなす・ほうれん草のナムル・中華スープ・漬物	419	せんべい・ほうじ茶	49
19日	水	たけのこご飯・さわらの西京焼き・きんぴらごぼう・レタスのかき玉汁・漬物	498	丸ぼろろ・黒棒・緑茶	68
20日	木	ご飯・メンチカツ・ツナと白菜のスープ煮・味噌汁・漬物	493	和風プリン	80
21日	金	ご飯・牛肉とじゃが芋煮つけ・温野菜サラダ・味噌汁・漬物	531	あんみつ	52
22日	土	サンドイッチ・鶏肉のレモンパジル焼き・コンソメスープ	472	どら焼き・緑茶	162
24日	月	ご飯・豚肉の生姜焼き・ひじき煮つけ・味噌汁・漬物	490	芋ようかん・緑茶	89
25日	火	ご飯・千草焼き・マカロニサラダ・のっぺい汁・漬物	550	コーヒーゼリー	69
26日	水	カレーうどん・おにぎり・カルピスゼリー	545	せんべい・緑茶	63
27日	木	ご飯・鮭の石狩風野菜炒め・なめたけ奴・菜種汁・漬物	507	ココア蒸しパン・ジョア	171
28日	金	ご飯・揚げ鶏のボン酢がけ・小松菜としめじ煮浸し・味噌汁・漬物	509	せんべい・どら焼き・ほうじ茶	150
29日	土	ひじきご飯・ぎんだら漬焼き・かぶのえびあんかけ・味噌汁・漬物	494	杏仁フルーツ	76

材料の都合により変更する場合があります