

2018

2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	木	照り焼きチキン丼・温野菜サラダ・味噌汁・漬物	471	せんべい・まんじゅう・ほうじ茶	78
2日	金	ご飯・赤魚の中華風焼き・じゃが芋のそぼろ煮・豚肉とキャベツの中華スープ・漬物	456	ロールケーキ・紅茶	118
3日	土	太巻きいなり寿司・八寸・五目豆・すまし汁・フルーツ	548	練り切り(鬼)・緑茶	66
5日	月	ご飯・銀だら煮つけ・筍と高野豆腐煮つけ・豚汁・漬物・フルーツ	582	手作りバナナケーキ・紅茶	169
6日	火	ハヤシライス・かぶとりんごの和風和え・コンソメスープ	461	人形焼き・緑茶	103
7日	水	ご飯・赤魚のさらさ蒸し・ポテトサラダ・味噌汁・漬物	401	フルーツヨーグルト	112
8日	木	ご飯・豚肉の生姜焼き・小松菜としめじの煮浸し・味噌汁・漬物	480	どら焼き・せんべい・ほうじ茶	91
9日	金	ご飯・白身魚のホイル蒸し・キャベツとパプリカのサラダ・コーンポタージュ・漬物	570	芋ようかん・緑茶	89
10日	土	ラーメン・かにしゅうまい・杏仁フルーツ	529	抹茶今川焼き・緑茶	120
12日	月	海鮮丼・茶碗蒸し・味噌汁	405	おしるこ・せんべい	154
13日	火	ご飯・鮭のから揚げ野菜あん・もやしとハムの華風和え・かに玉スープ・漬物	523	せんべい・ジョア	157
14日	水	ご飯・鶏肉のおろししぎ焼き・さつま芋とりんごの重ね煮・味噌汁・漬物	613	ショコラムース・紅茶	123
15日	木	山菜とろろそば・海老の天ぷら・フルーツゼリー	444	マドレーヌ・紅茶	104
16日	金	ご飯・さばの味噌煮・野菜炒め・けんちん汁・漬物	467	せんべい・まんじゅう・りんごジュース	164
17日	土	ご飯・きのこハンバーグ・コーンサラダ・オニオンスープ・漬物	499	にんじん蒸しパン・紅茶	93
19日	月	山菜おこわ・あじの塩焼き・いとこ煮・海老団子のすまし汁・漬物	463	プチケーキ・紅茶	134
20日	火	ご飯・はんぺんフライ・切干大根の煮つけ・味噌汁・漬物	600	手作りゼリー	65
21日	水	あんかけうどん・おにぎり・抹茶ミルク寒天	455	まんじゅう・緑茶	119
22日	木	ご飯・鮭の秋色焼き・揚げ出し豆腐・味噌汁・漬物・フルーツ	581	ウエハース・ブッセ・紅茶	73
23日	金	ご飯・豚肉の生姜焼き・もずくとオクラの酢の物・味噌汁・漬物	474	チョコケーキ・紅茶	110
24日	土	ドライカレー・大根とホタテのサラダ・コンソメスープ	497	せんべい・まんじゅう・緑茶	81
26日	月	ご飯・エビフライ・切り昆布煮つけ・味噌汁・漬物	475	サブレ・ほうじ茶	184
27日	火	ご飯・おでん・野菜炒め・味噌汁・漬物	452	黒棒・丸ぼろろ・緑茶	131
28日	水	ご飯・回鍋肉・春雨サラダ・中華スープ・漬物	489	和菓子(つやぶくぎ)・ほうじ茶	52

材料の都合により変更する場合があります