

2018

5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	火	たけのご飯・黒むつ漬け焼き・春キャベツの昆布茶和え・豚汁・漬物	472	ムースケーキ・紅茶	123
2日	水	ちゃんぽんめん・エビチリ・杏仁フルーツ	543	せんべい・まんじゅう・緑茶	76
3日	木	ご飯・さばの味噌煮・もやし炒め・ザーサイと卵のスープ・フルーツ・漬物	522	ロールケーキ・紅茶	118
4日	金	ご飯・豚肉の生姜焼き・ポテトサラダ・味噌汁・漬物	517	かのこ・緑茶	79
5日	土	押し寿司・八寸・すまし汁・フルーツ	414	練り切り(鯉のぼり)・ほうじ茶	138
7日	月	焼き肉散らし寿司・高野豆腐含め煮・若竹汁・フルーツ	500	焼芋まんじゅう・ほうじ茶	104
8日	火	ご飯・あじの野菜あんかけ・キュウリとツナの中華和え・ワンタンスープ・漬物	430	どら焼き・せんべい・緑茶	94
9日	水	ご飯・鶏肉のトマトソース煮込み・キャベツとパプリカのサラダ・コンソメスープ・漬物	543	和風プリン	106
10日	木	かつ丼・白菜の昆布茶和え・味噌汁・漬物	558	バナナケーキ・紅茶	113
11日	金	ゆかりご飯・かれいみりん漬け焼き・牛肉と新じゃが煮つけ・かき玉汁・漬物	564	せんべい・ジョア	111
12日	土	山菜とろろそば・ふろふき大根・イチゴムース	395	ウエハース・ドーナッツ・紅茶	112
14日	月	赤魚さらさ蒸し・中華風冷奴・味噌汁・フルーツ・漬物	378	せんべい・まんじゅう・緑茶	109
15日	火	カレーライス・フレンチサラダ・コンソメスープ	497	ベビーカステラ・紅茶	135
16日	水	ご飯・鮭のコンマヨ焼き・ひじき煮つけ・味噌汁・煮豆	597	フルーツヨーグルト	112
17日	木	煮込みうどん・いなり寿司・フルーツゼリー	378	サブレ・ほうじ茶	184
18日	金	炊き込みご飯・鶏肉のおろししぎ焼き・小松菜くるみ和え・かき玉汁・漬物	550	ケーキ・紅茶	125
19日	土	ご飯・マーボーなす・バンバンジー・中華スープ・漬物	421	せんべい・ジョア	157
21日	月	ラーメン・春巻き・コーヒーゼリー	638	ワッフル・紅茶	93
22日	火	ひじきご飯・かれいみりん漬け焼き・もやしとハムの華風和え・海老団子のすまし汁・漬物	556	杏仁フルーツ	51
23日	水	ご飯・きのこハンバーグ・コーンサラダ・パンプキンスープ・漬物	550	せんべい・まんじゅう・緑茶	131
24日	木	ご飯・鮭の秋色焼き・揚げ出し豆腐・味噌汁・フルーツ・漬物	556	あんみつ	52
25日	金	ピピン丼・トマトの青じそ和え・わかめスープ・カップゼリー	504	さつま芋蒸しパン・紅茶	122
26日	土	ご飯・あじの南蛮漬け・切干大根煮つけ・味噌汁・漬物	476	栗せんざい・せんべい	215
28日	月	さばの味噌煮・野菜炒め・すまし汁・フルーツ・漬物	486	和風プリン	108
29日	火	ご飯・酢豚・シルバーサラダ・中華スープ・漬物	520	人形焼き・ほうじ茶	103
30日	水	けんちんそば・なすのそぼろあんかけ・ミニケーキ	390	水ようかん	132
31日	木	ハヤシライス・コールスローサラダ・コンソメスープ	473	カルシウムせんべい・緑茶	49

材料の都合により変更する場合があります