

2015

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	水	かき揚げそば・ブロッコリーの明太マヨがけ・抹茶ミルク寒天	509	チョコバナナケーキ・ほうじ茶	88
2日	木	ご飯・豚肉の生姜焼き・高野豆腐の含め煮・味噌汁・漬物	501	せんべい・ジョア	142
3日	金	炊き込みご飯・あじの塩焼き・菜の花とかまぼこ和え・味噌汁・フルーツ・漬物	396	レアチーズムース	95
4日	土	ご飯・鶏肉のトマトソース煮込み・コーンサラダ・味噌汁・漬物	463	さつま芋蒸しパン・紅茶	104
6日	月	ご飯・五目野菜炒め・かにしゅうまい・中華スープ・漬物	408	おかき・緑茶	75
7日	火	チキンカレー・ツナサラダ・コンソメスープ	522	パンナコッタ	187
8日	水	ご飯・煮魚・もやしとハムの華風和え・豚汁・漬物	519	和菓子(松風)・ほうじ茶	52
9日	木	《行事食》桜ご飯・西京焼き・天ぷら・里芋煮つけ・ごま和え・漬物・味噌汁	653	チョコケーキ・紅茶	110
10日	金	ご飯・鶏肉の照焼き・ポテトサラダ・味噌汁・漬物	521	桜まんじゅう・せんべい・緑茶	89
11日	土	あんかけうどん・いとこ煮・手作りゼリー	502	塩ようかん・緑茶	104
13日	月	焼き肉散らし寿司・茶碗蒸し・すまし汁・フルーツ・漬物	472	丸ぼろろ・黒棒・ほうじ茶	68
14日	火	ご飯・魚の木の芽焼き・切り昆布煮つけ・粕汁・漬物	385	せんべい・緑茶	25
15日	水	ご飯・鶏肉のおろししぎ焼き・若竹煮・味噌汁・漬物	461	手作りバナナケーキ・紅茶	169
16日	木	味噌ラーメン・しゅうまい・杏仁フルーツ	483	人形焼き・緑茶	91
17日	金	ゆかりご飯・魚のさらき蒸し・きんぴらごぼう・味噌汁・漬物	391	フルーツヨーグルト	112
18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	527	さくらもち・ほうじ茶	95
20日	月	山菜とろろそば・きゅうりとかぶの酢の物・葛まんじゅう	329	ロールケーキ・紅茶	118
21日	火	ご飯・マーボーなす・錦糸和え・味噌汁・漬物	427	いちごムース	88
22日	水	たけのこご飯・さわらの西京焼き・切干し大根煮つけ・レタスのかき玉汁	478	どら焼き・せんべい・ほうじ茶	91
23日	木	ご飯・メンチカツ・ツナと白菜スープ煮・味噌汁・漬物	496	カステラ・紅茶	121
24日	金	サンドイッチ・グリルチキン・コンソメスープ	465	手作りゼリー	56
25日	土	ご飯・魚の空豆ソース・南瓜サラダ・味噌汁・フルーツ・漬物	519	おかき・緑茶	63
27日	月	ご飯・豚肉の生姜焼き・ひじき煮つけ・味噌汁・漬物	493	マロンパイ・ほうじ茶	134
28日	火	親子丼・白菜の昆布茶和え・味噌汁・漬物	488	コーヒーゼリー	69
29日	水	カレーうどん・和風大根サラダ・カルピスゼリー	456	せんべい・ジョア	135
30日	木	ご飯・さばの味噌煮・ふきの炊き合わせ・菜種汁・漬物	474	ココア蒸しパン・紅茶	99

材料の都合により変更する場合があります