

2024

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	月	御飯・ハンバーグ・切干大根と平天の煮物・コンソメスープ・フルーツ・漬物	547	バームロール・チョコリエール・紅茶	151
2日	火	御飯・白身魚の唐揚げ・一口がんもの煮物・白菜と竹輪の麺ナムル和え・味噌汁・漬物	495	プリン	115
3日	水	御飯・あじの香味焼き・大豆煮・大根とハムのサラダ・味噌汁・漬物	451	ミルクまんじゅう 緑茶	134
4日	木	桜の散らし寿司・絹揚げと豚肉の煮物・菜の花となめこの和え物・味噌汁	531	パンナコッタ	81
5日	金	御飯・さわらの梅味噌だれ・しろなと鶏肉の炒め物・白菜と平天の和え物・すまし汁・漬物	445	抹茶シフォンカップケーキ ほうじ茶	76
6日	土	御飯・鶏肉と里芋の煮込み・たこふくさ焼き・キャベツと油揚げのからし和え・味噌汁・漬物	481	たい焼き(こしあん) 緑茶	129
8日	月	御飯・白身魚の生姜煮・白菜といかのトロミ炒め・はすのさんばい(山口県郷土料理)・味噌汁・漬物	501	酒まんじゅう・緑茶	122
9日	火	御飯・豚肉の野菜炒め・黒豆がんもの煮物・とろろの梅かつお和え・味噌汁・漬物	606	ふんわりロールケーキ (黒糖)・ほうじ茶	56
10日	水	筍御飯・さばの塩焼き・キャベツとしめじの炒め物・味噌汁・フルーツ・漬物	573	カフェマドレーヌ 紅茶	142
11日	木	あさりの卵とじ丼・ひじき大豆・豚汁・きゅうりの浅漬け	504	おしるこ・せんべい 緑茶	170
12日	金	鶏南蛮そば・ごぼうと豚肉の煮物・アスパラとコーンのサラダ	562	はちみつレモンゼリー	42
13日	土	御飯・豚肉と白菜のすき煮・千草焼き・菜の花の和え物・味噌汁・漬物	579	よもぎまんじゅう 緑茶	119
15日	月	ねぎとろ丼・じゃが芋の鶏そぼろ煮・味噌汁・黄桃缶のピーチジュレ	527	マドレーヌ・紅茶	145
16日	火	御飯・白身魚の生姜煮・キャベツと鶏肉の炒め物・菜の花と平天の和え物・味噌汁・漬物	514	たい焼き(クリーム) 緑茶	131
17日	水	御飯・ホキのソテー・白菜と豚肉のとろみ炒め・アスパラの香味ドレサラダ・味噌汁・漬物	453	黒糖まんじゅう ほうじ茶	127
18日	木	御飯・鶏肉の豆鼓蒸し・ごぼうと油揚げの煮物・青梗菜とツナのサラダ・味噌汁・漬物	534	豆乳カステラ・紅茶	115
19日	金	御飯・合鴨スモークスライス・卵の花・キャベツと大根葉の洋風お浸し・とろろ汁・漬物	514	ミルクまんじゅう 緑茶	133
20日	土	御飯・鶏の唐揚げ・もやしとツナの炒め物・うまい菜と竹輪の麦味噌和え・味噌汁・漬物	571	ココアシフォンカップケーキ 紅茶	76
22日	月	ハヤシライス・カリフラワーとインゲンのサラダ・コンソメスープ・ミルク寒天	558	バウムクーヘン 紅茶	87
23日	火	わかめうどん・ごぼうと鶏肉の炒り煮・ポテトサラダ	487	あんシュー ほうじ茶	100
24日	水	御飯・鶏肉のくわ焼き・かぼちゃの含め煮・白菜と平天のサラダ・味噌汁・漬物	457	きなこプリン	92
25日	木	御飯・赤魚の生姜煮・うまい菜と鶏肉の炒め物・マカロニサラダ・味噌汁・漬物	504	たい焼き(こしあん) 緑茶	129
26日	金	ピピンバ・かにシューマイ・キャベツと油揚げの和え物・中華スープ	551	おかしなバナナ ほうじ茶	157
27日	土	御飯・絹揚げの炊き合わせ・レンコンと豚肉の金平・かぼちゃのサラダ・味噌汁・漬物	568	スイートポテト 紅茶	70
29日	月	御飯・回鍋肉・三色稲荷の煮物・きゅうりの甘酢和え・中華スープ・漬物	555	ふんわりロールケーキ (紅茶)・ほうじ茶	53
30日	火	御飯・赤魚の焼き浸し・金平ごぼう・プロッコリーのパズルドレサラダ・味噌汁・漬物	518	パウンドケーキ ほうじ茶	163

材料の都合により変更する場合があります