

土支田デイサービスセンター2月献立表

月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	
屋食	ほうとう 竹輪のピリ辛煮 菜の花くるみ和え フルーツ	ほうとう 切干大根煮 ツナと豆サラダ フルーツ	ほうとう ひじき煮 枝豆ポテト フルーツ	ハヤシライス スープ 白菜サラダ フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 魚の煮付け 高野豆腐の卵とじ ほうれん草わさび和え 漬物	
3時	黒糖ふかし エネルギー 542kcal	黒胡麻汁粉 エネルギー 535kcal	イチゴスペシャル エネルギー 509kcal	ヨーグルトババロア エネルギー 540kcal	バームクーヘン エネルギー 550kcal	
7	8	9	10	11	12	
屋食	ご飯 味噌汁 魚の山椒焼き 厚揚げの煮物 海草サラダ フルーツ	ご飯 千切野菜のスープ 鶏肉の香草パン粉焼き いんげんソテー スパゲティーサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 ふくさ卵 じゃが芋きんぴら マカロニサラダ 漬物	ご飯 スープ チンジャオロース にんにくの芽炒め 華風和え フルーツ	そばろ井 味噌汁 がんもの煮物 人参サラダ	ポークカレー スープ コールスローサラダ 福神漬 フルーツ
3時	水ようかん エネルギー 507kcal	フルーチェ (いちご) エネルギー 527kcal	クリームパン エネルギー 608kcal	黒糖フークレ エネルギー 579kcal	たいやき エネルギー 552kcal	杏仁豆腐 エネルギー 552kcal
14	15	16	17	18	19	
屋食	キャロットライス ポトフ ラタトゥーユ ミモザサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう ブロッコリー酢味噌和え フルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 南瓜の煮物 白菜とハムのサラダ フルーツ	ネギトロ井 清汁 里芋そばろあんかけ フルーツ	ご飯 スープ BBQポーク ほうれん草のソテー カリフラワーの和え物 漬物	ご飯 味噌汁 魚の幽庵焼き さつま芋の煮物 ツナサラダ フルーツ
3時	チョコババロア エネルギー 546kcal	黒胡麻プリン エネルギー 500kcal	ケーキ エネルギー 624kcal	ケーキ エネルギー 537kcal	ケーキ エネルギー 625kcal	豆乳プリン エネルギー 592kcal
21	22	23	24	25	26	
屋食	ご飯 味噌汁 肉じゃが 大根の蟹あんかけ ほうれん草ピーナッツ和え 漬物	中華井 スープ 海老しゅうまい もやしの胡麻酢和え フルーツ	ご飯 スープ 魚のカレームニエル 粉ふき芋 ミモザサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 魚のマヨネーズ焼き 南瓜そばろ煮 いんげんのくるみ和え 漬物	ご飯 スープ 魚の辛味噌焼き 大根の鶏そばろ炒め もやしの胡麻和え フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏肉の粕漬焼き 切干大根煮 春菊の白和え フルーツ
3時	あんまん エネルギー 547kcal	煎餅 エネルギー 523kcal	ミルク寒天 エネルギー 596kcal	あんみつ エネルギー 562kcal	選択おやつ エネルギー 601kcal	どら焼き エネルギー 558kcal
28						
屋食	ご飯 スープ 海老カツ じゃがバター 春雨サラダ フルーツ					
3時	コーヒーゼリー エネルギー 566kcal					

都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

