12月　予定献立表

長谷川病院　デイケアセンター

月	火	水	木	金	土
			1日 大根の炊き込みご飯 赤魚の塩麹ﾎｲﾙ焼き お豆サラダ 金平ごぼう 清まし汁 キャロットゼリー	2日 米飯 ネギ塩豚肉炒め さつまいもの白和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰときのこ炒め 味噌汁 果物	3日 米飯 チキンカレー ごぼうと胡瓜のサラダ 小松菜の和え物 ジュリエンヌスープ 果物
			黒糖フークレエ	りんご杏仁	原宿ドッグ
			エネルギー：863kcal タンパク質：28.9g	エネルギー：773kcal タンパク質：31.3g	エネルギー：811kcal タンパク質：20.6g
5日 米飯 金目鯛の煮つけ 海草サラダ ナムル 清まし汁 果物	6日 海鮮中華丼 彩り野菜のグリル 長芋の梅ﾎﾟﾝ酢和え 味噌汁 果物	7日 茄子のﾐｰﾄｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨｰ ジャーマンポテト風 小松菜のおかか和え 大根のポタージュ 果物	8日 米飯 かじきのムニエル バンバンジーサラダ 野菜の炒り煮 たまごスープ 果物	9日 米飯 酢豚 五目金平煮 れんこんサラダ 中華スープ 果物	10日 米飯 ぶり大根 里芋炊き合わせ 茄子の中華浸し 豚汁 フルーツヨーグルト
今川焼	ほうじ茶ミルクぷりん	フルーツゼリー	ミニメロンパン	ハチミツゆずゼリー	シベリア
エネルギー：667kcal タンパク質：25.9g	エネルギー：714kcal タンパク質：25.4g	エネルギー：819kcal タンパク質：23.4g	エネルギー：792kcal タンパク質：32g	エネルギー：818kcal タンパク質：19.5g	エネルギー：833kcal タンパク質：30.1g
12日 米飯 白身魚と野菜炒め 涼拌鶏絲 彩り野菜のマリネ 春雨スープ 果物	13日 ２種のパン ビーフシチュー ハムと野菜のマリネ おさつサラダ コンソメスープ フルーツミックス	14日 米飯 めばるの香味ソース ほうれん草の辛子和え ｱｽﾊﾟﾗと人参のﾁｰｽﾞ焼 さつま汁 果物	15日 味噌ラーメン 飲茶盛り合わせ もやしと青梗菜のﾅﾑﾙ 果物	16日 米飯 和風ハンバーグ カニカマと大根サラダ ひじきの煮物 かき玉汁 フルーツヨーグルト	17日 米飯 肉野菜炒め ﾂﾅとキャベツの和え物 里芋のそぼろ煮 清まし汁 果物
桃山	オレンジゼリー	コーヒーゼリー	もみじまんじゅう	ワッフル	いちごムース
エネルギー：837kcal タンパク質：30.2g	エネルギー：890kcal タンパク質：22.1g	エネルギー：765kcal タンパク質：26.5g	エネルギー：740kcal タンパク質：28.4g	エネルギー：850kcal タンパク質：31.8g	エネルギー：774kcal タンパク質：21.8g
19日 帯広ぶた丼 香味和風春雨ｻﾗﾀﾞ 青菜とひじきのお浸し 味噌汁 果物	20日 米飯 鰺の南蛮漬け焼き 刻昆布の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとかぶのｿﾃｰ 豆腐とわかめのスープ フルーツヨーグルト	21日 きつねうどん 水菜と大根のサラダ えびと春雨の炒め物 果物	22日 米飯 鶏のみぞれ煮 人参のマリネサラダ 青梗菜とﾊﾑの中華和え 清まし汁 果物	23日 祝日	24日 ★ｸﾘｽﾏｽﾒﾆｭｰ★ ｶﾗﾌﾙﾋﾟﾗﾌ いろんなﾊｰﾌﾞのﾌﾗｲﾄﾞﾁ ｽﾓｰｸｻｰﾓﾝﾑｰｽｶﾅｯﾍﾟ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ 果物
人参のムース	濃厚プリン	南瓜ﾊﾟｲまんじゅう	たいやき		ｼｮｺﾗﾑｰｽｵﾚﾝｼﾞの香り
エネルギー：789kcal タンパク質：30.8g	エネルギー：769kcal タンパク質：28g	エネルギー：671kcal タンパク質：26.6g	エネルギー：830kcal タンパク質：23.9g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：872kcal タンパク質：30.4g
26日 ２種のパン クリームシチュー サーモンマリネサラダ ﾎｳﾚﾝ草と椎茸のお浸し 果物	27日 米飯 ぶりの幽庵焼き きゅうりの酢の物 青菜とひじきのｺﾞﾏ和 豚汁 果物	28日 米飯 治部煮 大根の金平 小松菜のごま和え わかめ汁 フルーツヨーグルト	29日 オムカレー シルバーサラダ ほうれん草の辛子和え コンソメスープ ワイン寒とフルーツ		
抹茶ババロア	水ようかん	里見の里	シュークリーム		
エネルギー：799kcal タンパク質：29.8g	エネルギー：743kcal タンパク質：29.6g	エネルギー：783kcal タンパク質：26.9g	エネルギー：890kcal タンパク質：27.8g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g