



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 米飯 ぶり大根 里芋炊き合わせ 茄子の中華浸し かき玉汁 果物	2日 米飯 ポークチョー粒マスタードソースか ☆ゆず・パプリカ 人参のマリネサラダ 小松菜のおかか和え 里芋たっぷりとん汁 果物	3日 ★ひな祭り★ 鱧ちらし寿司 若竹煮 青菜のごま和え すまし汁 果物 	4日 米飯 鶏団子と里芋の煮物 パンブキンサラダ 大根の和え物 味噌汁 フルーツヨーグルト
		りんご杏仁	ミニあんぱん	どら焼き～桜あん～	マーブル蒸しパン
		エネルギー：707kcal タンパク質：27.5g	エネルギー：749kcal タンパク質：28.3g	エネルギー：746kcal タンパク質：29.7g	エネルギー：837kcal タンパク質：28.3g
6日 米飯 チキン南蛮 蒟蒻と人参の白和え 10品目サラダ さつま汁 果物	7日 塩ラーメン 飲茶盛り合わせ 長芋の梅酢和え 果物 	8日 中華丼 ひじきの和風サラダ 彩り野菜のマリネ 春雨スープ 果物	9日 米飯 イタリアンハンバーグ シーザーサラダ 揚げなすのさっぱり和 コンソメスープ フルーツミックス	10日 米飯 カレイの塩焼 レモンソース パプリカサラダ 野菜の炒り煮 キャベツとパプリカの和え 果物	11日 牛すじカレー かぶのサモザリサラダ 里芋のそぼろ煮 オニオンスープ 果物
コーヒーゼリー	ワッフル	シベリア	人参ゼリー	南瓜パイまんじゅう	苺シュークリーム
エネルギー：866kcal タンパク質：29.5g	エネルギー：799kcal タンパク質：35.7g	エネルギー：845kcal タンパク質：23.1g	エネルギー：844kcal タンパク質：29.8g	エネルギー：817kcal タンパク質：28.5g	エネルギー：780kcal タンパク質：28.9g
13日 米飯 肉野菜炒め ツナと白菜の和え物 アスパラと人参のチーズ焼 わかめ汁 果物	14日 米飯 酢豚 五目金平煮 わかめサラダ 春雨スープ 果物	15日 とり南蛮そば 水菜と大根のサラダ 切干大根の煮物 果物	16日 米飯 鮭とキノコのクリーム煮 刻昆布の煮物 温野菜のサラダ さつま汁 フルーツヨーグルト	17日 野菜たっぷりビビンバ カニカマと大根サラダ ひじきの煮物 味噌汁 果物 	18日 米飯 銀だらのもろみ漬け 香味和風春雨サラダ 青梗菜と卵の生姜炒め 清まし汁 果物
今川焼	水ようかん	濃厚プリン	ミニメロンパン	パパロア	南瓜チーズケーキ
エネルギー：791kcal タンパク質：23.2g	エネルギー：828kcal タンパク質：20.8g	エネルギー：760kcal タンパク質：32.8g	エネルギー：884kcal タンパク質：33g	エネルギー：761kcal タンパク質：26.5g	エネルギー：785kcal タンパク質：22.3g
20日 祝日	21日 たけのご飯 赤魚粕漬焼 かぼちゃのそぼろ煮 もやしとパプリカの和え わかめ汁 フルーツヨーグルト	22日 米飯 かじきのたっぷり葱 かかとポロポロの和物 白和え 味噌汁 果物 	23日 えびと帆立のトマトソース ジャーマンポト風 青菜のごま和え コンソメスープ 牛乳寒天とフルーツ	24日 発芽玄米ご飯 銀だらの西京漬け焼き 筑前煮 アスパラとかぶの和え 清まし汁 フルーツミックス	25日 米飯 すき煮 大根の和風ツナサラダ パプリカと白菜の和え 味噌汁 果物
	黒糖フークレエ	はちみつレモンゼリー	桃山	レーズン蒸しパン	たいやき
エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：749kcal タンパク質：28g	エネルギー：709kcal タンパク質：28g	エネルギー：874kcal タンパク質：28.3g	エネルギー：775kcal タンパク質：26.4g	エネルギー：860kcal タンパク質：35.5g
27日 米飯 かきと椎茸のマヨ焼き きゅうりの酢の物 たらもサラダ 味噌汁 果物	28日 三色丼 揚げだし豆腐 小松菜のごま和え 豚汁 果物	29日 ハヤシライス シルバーサラダ ほうれん草の辛子和え ジュリエンスープ ワイン寒とフルーツ	30日 米飯 揚魚五目あんかけ 青梗菜と山中華和 かつと豆腐サラダ 清まし汁 白桃ヨーグルト	31日 ワライイ 鶏肉の香草パプリカ粉焼き サモザリサラダ パプリカと椎茸のお浸し ジュリエンスープ 果物 	
里見の里	フルーツゼリー	シュークリーム	もみじまんじゅう	オレンジゼリー	
エネルギー：786kcal タンパク質：30.4g	エネルギー：908kcal タンパク質：32.9g	エネルギー：825kcal タンパク質：22.5g	エネルギー：729kcal タンパク質：27.4g	エネルギー：872kcal タンパク質：32.7g	