



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 ★プリプリエビ★ ご飯 *えびと卵のチリソ- 10品目サラダ さつま汁 コーヒ-プリン	2日 ★ボンジョルノ~★ ライス *チキンカツ 冬野菜ラタトゥイユ コンソメスープ フルーツ
				お米のタルト	和のパンケーキ
				エネルギー：829kcal タンパク質：26.3g	エネルギー：810kcal タンパク質：25.1g
4日 ★手作りが自慢♪★ 3種のパン 手作り林檎ジャム ポルシチ 温野菜のサラダ コンソメスープ	5日 ★定番！おいしい★ えび天入鍋焼きうどん さつまいもの白和え フルーツ杏仁	6日 ★季節到来!!!★ ご飯 だしが決め手のおでん ほうれん草おかか和え みそ汁 季節の果物	7日 ★老舗の洋食屋さん★ ★ フルーツとまとの和風 フレンチサラダ わかめと白菜スープ まろやかハニーショア	8日 ★大人気メニュー★ ひじきご飯 鯖の味噌煮 白菜の柚香和え みそ汁 果物盛り合わせ	9日 ★サクッカラッ♪★ ご飯 サクッ♪鶏唐揚げ 具たくさん豚汁 つぼ漬け ぶどうゼリー
一口おはぎ	黒糖フークレエ	ブルーベリークレープ	小豆抹茶羊羹	黒糖まんじゅう ミニ大福	生どら焼き
エネルギー：887kcal タンパク質：22.5g	エネルギー：777kcal タンパク質：27.1g	エネルギー：761kcal タンパク質：35.7g	エネルギー：811kcal タンパク質：26.2g	エネルギー：843kcal タンパク質：25.7g	エネルギー：788kcal タンパク質：28.9g
11日 ★ココロは沖縄♪★ タコライス シルバーサラダ もずくスープ キャロットゼリー	12日 ★イタリアの風★ ライス イタリアンハンバーグ 胡桃入りパスタ コンソメスープ はちみつれもんゼリー	13日 ★北海道フェア★ ご飯 鮭ちゃんちゃん焼き じゃがバターソテー とろろ昆布汁 季節の果物	14日 ★さっぱり中華★ ご飯 鱈の黒酢ソース炒め 涼拌鶏絲 中華スープ フルーツ杏仁	15日 ★定番！おいしい★ しらす青のりごはん *ぶり大根 貝沢山！けんちん汁 季節の果物	16日 ★いいね！この味！★ しょうゆラーメン チョコレギサラダ フルーツ盛り合わせ
スイートポテト	抹茶もち風味ぶりん	りんごのタルト	生どら焼き	きんとんパイ	今川焼
エネルギー：799kcal タンパク質：23g	エネルギー：867kcal タンパク質：26g	エネルギー：788kcal タンパク質：38.5g	エネルギー：786kcal タンパク質：32.6g	エネルギー：876kcal タンパク質：38.1g	エネルギー：653kcal タンパク質：24.3g
18日 ★ほんわか懐かし★ 切干大根炊き込み飯 揚げだし豆腐野菜あん 農園小松菜の磯和え みそ汁 季節の果物	19日 ★絶品♪パスタ★ ナポリナーラ りんごのサラダ ジュリエンスープ 食後のフルーツ	20日 ★野菜たっぷりデー★ ご飯 中華旨煮 肉汁じゅわ~♪小龍包 中華スープ ぶどうゼリー	21日 ★一番おいしいのは★ ★ ふつうのカレー シーザーサラダ コンソメスープ さっぱりフルーツ	22日 ★ごはんがおいしい★ ★ ご飯 豚肉と厚揚げみそ炒め 切干大根のごま和え すまし汁 フルーツミックス	
あんぱん	ワッフル	かぼちゃ蒸しパン	芋ようかん	たいやき	
エネルギー： 704kcal	エネルギー：680kcal タンパク質：19.9g	エネルギー： 776kcal	エネルギー： 784kcal	エネルギー： 802kcal	
25日 ★Izzy ヨイ♪クリスマス♪★ ライス サモサール 2色のソース ~ゾエパ-ゼツリ-~ 農園ケールとウイナのキッ ユ ジュリエンスープ 旬のフルーツ	26日 ★冬の味わい★ 豚白菜あんかけうどん きのご揚げだし豆腐 *温野菜サラダ ふじりんごゼリー	27日 ★パンの日★ 3種のパン おからハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	28日 ★華★ ★ 五目ちらし寿司 春菊のごまみそ和え *高野豆腐炊き合わせ すまし汁 牛乳寒天とフルーツ	29日 ★和仁-ズラツ★ ★ ご飯 黒酢酢鶏 中華キュウリ 春雨スープ 旬のフルーツ	
いちごのティラミス	黒糖きなこクレープ	もみじまんじゅう	みかんのタルト	和のパンケーキ	
エネルギー：894kcal タンパク質：36.5g	エネルギー：723kcal タンパク質：31.4g	エネルギー：873kcal タンパク質：31.6g	エネルギー：785kcal タンパク質：41.5g	エネルギー：868kcal タンパク質：26.4g	



