



長谷川病院デイケアセンター献立表

月	火	水	木	金	土
			1日 ★具たくさん!!!★ 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	2日 ★サクッカラッ♪★ ご飯 サクッ♪鶏唐揚げ 具たくさん豚汁 マカロニサラダ つぼ漬け ぶどうゼリー	3日 ★ひなまつり★ 五目ちらし寿司 菜の花のごまみそ和え 高野豆腐炊き合わせ すまし汁 桃と紅茶のムースケーキ
			生どら焼き	シフォンケーキ	黒糖まんじゅう ミニ大福
			エネルギー：764kcal タンパク質：35.8g	エネルギー：859kcal タンパク質：31.8g	エネルギー：866kcal タンパク質：41g
5日 ★いいね！この味！★ ★塩ラーメン チョレギサラダ 焼餃子 季節の果物	6日 ★春野菜パレード★ 春野菜ピビンバ シルバーサラダ ジュリエンスープ キャロットゼリー	7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	8日 ★まぐろ解体ショー★ ★ご飯 新鮮なお刺身 がんもの煮物 菜の花おひたし 赤だしのみそ汁 果物	9日 ★まぐろ解体ショー★ ★ご飯 新鮮なお刺身 がんもの煮物 菜の花おひたし 赤だしのみそ汁 果物	10日 ★定番！おいしい★ 梅しらすごはん ぶり大根 けんちん汁 きゅうりの漬物 季節の果物
レモンのカスタードタルト	苺ショートケーキ	かぼちゃ蒸しパン	クリームワッフル	きなこのパンケーキ	チョコクレープ
エネルギー：725kcal タンパク質：27.5g	エネルギー：748kcal タンパク質：26.9g	エネルギー：856kcal タンパク質：27.3g	エネルギー：755kcal タンパク質：45.2g	エネルギー：755kcal タンパク質：44.6g	エネルギー：799kcal タンパク質：35.1g
12日 ★駅弁物語★ 峠の釜飯 野菜炊き合わせ すまし汁 果物盛り合わせ	13日 ★ほんわか懐かし★ 筍ごはん 揚げだし豆腐野菜あん 農園小松菜の磯和え のっぺい汁 季節の果物	14日 ★絶品♪パスタ★ 菜の花とパスタのペア 春野菜のケーキサレ りんごのサラダ ジュリエンスープ ホワイトプリン	15日 ★野菜たっぷりデー★ ★ご飯 中華旨煮 春色しゅうまい 中華スープ ぶどうゼリー	16日 ★一番おいしいのは★ ★ふつうのカレー 人参のマリネサラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	17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
ストロベリーカスタードタルト	クリームパン	レーズン蒸しパン	チョコドームケーキ	ミルククレープ	牛乳ドーナッツ バウムクーヘン
エネルギー：804kcal タンパク質：24.4g	エネルギー：780kcal タンパク質：28.2g	エネルギー：742kcal タンパク質：25.2g	エネルギー：770kcal タンパク質：30.1g	エネルギー：814kcal タンパク質：23.2g	エネルギー：798kcal タンパク質：27.2g
19日 ★カツとジュース★ ★ご飯 なすのはさみ揚げ 具たくさん！豚汁 さわやかキャベツ 季節の果物	20日 ★冬の味わい★ カレーうどん きのご揚げだし豆腐 春の温野菜サラダ はちみつレモンゼリー		22日 ★やさしい和食★ ★ご飯 鮭の塩麹漬焼き 五色和え 刻昆布の煮物 春野菜のみそ汁 季節の果物	23日 ★自慢の和献立★ あざりと葱の深川飯 ほうじ茶 高野豆腐の煮物 菜の花の辛子和え 果物盛り合わせ	24日 ★からだにうれしい★ ★麦ごはん 銀だらのもろみ漬け 焼新じゃがのそぼろ煮 もやしの彩りあえ すまし汁 果物
手づくり蒸しパン	いちごのロールケーキ		お米のタルト	ドーナツ(カスタード)	いちごクレープ
エネルギー：727kcal タンパク質：25.3g	エネルギー：710kcal タンパク質：26g		エネルギー：749kcal タンパク質：31.5g	エネルギー：718kcal タンパク質：27.7g	エネルギー：889kcal タンパク質：29.3g
26日 ★韓流定食★ ★ご飯 本格♪チャブチェ もやしの彩りナムル コンソメスープ 搾菜(ザンザイ) フルーツ盛り合わせ	27日 ★春ランチ★ ★春のうな丼 なすの梅生姜和え 桜色しゅうまい お吸い物 果物	28日 ★さっぱり唐揚げ★ ★山菜御飯 赤魚唐揚げ 温野菜の柚子味噌か すまし汁 桜ゼリー	29日 ★シンガポール♪★ ★海南鶏飯(ハイツゴフア) ころころお豆サラダ 野菜の卵とじスープ 食後の果物	30日 ★こっくり和定食★ ★十五穀米 豚肉のみそくわ焼き 菜の花の和え物 のっぺい汁 フルーツミックス	
シューフルーツ	水まんじゅう	ココアワッフル	クリームパン	梅羊羹	
エネルギー：764kcal タンパク質：26.9g	エネルギー：817kcal タンパク質：33.3g	エネルギー：661kcal タンパク質：25g	エネルギー：856kcal タンパク質：32.6g	エネルギー：843kcal タンパク質：37.1g	