



# 長谷川病院デイケアセンター献立表

月	火	水	木	金	土	
<p>★選べる実演♪★ 今年最後の1週間はフランスのお菓子『クレープシュゼット』を提供！！ クレープシュゼットとは、ソースでクレープを煮て、洋酒を加え加熱しアルコール分を飛ばしたものです。 料理長・管理栄養士監修！！お好みのソースをお選び下さい。 ①オーソドックスなオレンジのソース（料理長） ②濃厚ダークチェリーのソース（料理長） ③豆腐とホワイトチョコのソース（管理栄養士）</p>					1日 ★ヤニーズ♪★ ご飯 黒酢豚 レタスと小柱中華和わかめともやし♪ 果物  おさつ蒸しパン  エネルギー：841kcal タンパク質：23.2g	
	3日 ★韓流定食♪★ ご飯 本格♪チャプチェ えび海鮮餃子 チョレギサラダ わかめともやし♪ 果物	4日 ★たまにはこんな★ 照りマヨチキン丼 木の子と野菜マリネ キャベツのスープ 果物	5日 ★ほっと一息…★ かやくご飯 牛すじ煮込み 蓮根おろし醤油和え 高野豆腐炊き合わせ すまし汁 果物	6日 ★野菜いろいろ♪ ご飯 青じょうろの野菜あんかけ いろいろきのこ佃煮 涼拌三絲(リヤソウソース) さつま汁 果物	7日 ★こっくり和定食★ 十五穀米 絶賛！ちゃんこ鍋 いんげん焙煎ごま和 野菜炊き合わせ すまし汁 果物	8日 ★韓流定食♪★ ライス タッカルビ もやしの彩りナムル 野菜のそぼろあん 香り舞茸スープ 果物
	シベリア	おはぎ	もみじまんじゅう	生どら焼き	マロン風味ワッフル	スイートポテト
エネルギー：847kcal タンパク質：26.7g	エネルギー：843kcal タンパク質：30.2g	エネルギー：859kcal タンパク質：49.8g	エネルギー：863kcal タンパク質：33.2g	エネルギー：818kcal タンパク質：28.5g	エネルギー：834kcal タンパク質：25.8g	
10日 ★宮崎名物★ ご飯 子キン南蛮 野菜のコンソメ煮 薬膳冷ややっこ すまし汁 果物	11日 ★華☆御膳★ ご飯 かいの揚げおろし煮 きんぴらごぼう 春菊の和え物 野菜たっぷりみそ汁 マンゴー	12日 ★アニョハセヨ～★ ご飯 鶏肉と大根の韓国風煮 8品目サラダ 木の子と卵の炒め 小松菜ベーコンスープ 果物	13日 ★バランス定食★ 牛肉ごぼう御飯 豆腐とひじきつくね 焼き 玉ねぎ絹さや卵とじ 青菜のごま和え すまし汁 果物	14日 ★みんな大好きかー★ バターチキンカレー 水菜のサラダ キャベツのスープ 果物	15日 ★じゅっくり温まる★ ご飯 金目鯛のグリル カフェサラダ きのこの彩りソテー 押麦のミストドーナ 果物	
いちごクレープ	黒糖まんじゅう ミニ大福	マーブル蒸しパン	小豆抹茶羊羹	あんぱん	シフォンケーキ	
エネルギー：840kcal タンパク質：37.9g	エネルギー：816kcal タンパク質：29.8g	エネルギー：826kcal タンパク質：35.3g	エネルギー：848kcal タンパク質：29.5g	エネルギー：854kcal タンパク質：28.7g	エネルギー：868kcal タンパク質：35.5g	
17日 ★サクッカラッ♪★ ご飯 サクッ♪鶏唐揚げ 臭たくさん豚汁 トマト&キャリさっぱり和 刻昆布の煮物 果物	18日 ★森のシチュー屋さん★ 3種のパン 手作り林檎ジャム 厚切りベーコン&ミチー 野菜のマリネ 野菜たっぷりスープ 果物	19日 ★定番！おいしい★ 月見とろろうどん 春菊の和風サラダ 小鉢de筑前煮 果物	20日 ★大人気メニュー★ 大根の炊き込みご飯 鯖の味噌煮 ほうれん草おかか和 旬野菜の炊き合わせ すまし汁 果物	21日 ★街の洋食屋さん★ オムハヤシ ポテトサラダ コンソメスープ 果物	22日 ★冬至かぼちゃ★ 五目ちらし寿司 かぼちゃ饅頭生姜あん 小松菜と蒲鉾辛子和 すまし汁 果物	
抹茶のケーキ	エクレア	和♪ホットケーキ	黒糖きなこクレープ	チョコクレープ	たいやき	
エネルギー：864kcal タンパク質：32.3g	エネルギー：853kcal タンパク質：18.2g	エネルギー：665kcal タンパク質：24.4g	エネルギー：861kcal タンパク質：27.7g	エネルギー：842kcal タンパク質：20.5g	エネルギー：672kcal タンパク質：29.7g	
	25日 ★エビクリスマス♪ エビ香るトマトクリーム 自家製フィッシュ カラフルサラダ 有機野菜のソテー♪ クレープシュゼット	26日 ★定番！おいしい★ 栗おこわ ぶり大根 胡瓜の中華サラダ ひじきの煮物 みそ汁 クレープシュゼット	27日 ★冬の癒し★ タ焼けごはん 鮭の照り焼き 里芋の田楽 小松菜のごま和え 大根と豚肉のスープ クレープシュゼット	28日 ★手作り♪♪♪ ご飯 カニとホタテの 豪華コロッケ 明太マヨディップ かぶそぼろあんかけ すまし汁 クレープシュゼット	29日 ★おけのお子様♪★ エビピラフ ナポリタン ふわとろ♪♪♪ エビフライ&唐揚げ グリーンサラダ 野菜わかめスープ クレープシュゼット	
	エネルギー：724kcal タンパク質：30g	エネルギー：817kcal タンパク質：31.5g	エネルギー：718kcal タンパク質：34.9g	エネルギー：802kcal タンパク質：29g	エネルギー：822kcal タンパク質：28.6g	