



# 長谷川病院デイケアセンター献立表

月	火	水	木	金	土
2日 ★駅弁物語★ 鮭といくらはらこ飯 野菜の炊き合わせ 小松菜と卵の炒め物 すまし汁 果物	3日 ★こってり味噌味★ ご飯 豚肉と厚揚げみそ炒め 涼拌三絲(リッパノツナ)レんこんと昆布煮 すまし汁 果物	4日 ★定番♪パスタ★ ベーコンときのこ和風パスタ りんごのサラダ チーズオムレツ ジュリエンスープ はちみつレモンゼリー	5日 ★じっくり煮込んで★ 3種のパン 煮込みハンバーグ シーザーサラダ コンソメスープ フルーツ	6日 ★カラリ!と。★ ご飯 鯖のおろし竜田揚げ 野菜たっぷり粕汁 キャベツの香り漬け ごぼううま煮 果物	7日 ★もちもち♪シュー★ 炊き込みおこわ 揚げだし豆腐野菜あん 中華きゅうり 錦糸焼売 すまし汁 果物
黒糖まんじゅう 白まんじゅう	ほうれん草焼トナツ	栗まんじゅう	栗まんじゅう	メロン蒸しパン	メープルバウム
エネルギー：788kcal タンパク質：34.6g	エネルギー：733kcal タンパク質：23.3g	エネルギー：837kcal タンパク質：22.1g	エネルギー：895kcal タンパク質：33.1g	エネルギー：701kcal タンパク質：21.9g	エネルギー：774kcal タンパク質：25.1g
9日 米飯 ★洋食★ ご飯 鮭ムニエルのクリーム たまごサラダ 人参ポタージュ 果物	10日 ★人気献立登場!★ 味噌煮込みうどん きのこの揚げだし豆腐 もやしとキムチナムル フルーツヨーグルト	11日 ★楽しいランチを!★ バターロールサンド 赤魚のルツ風味揚げ セロリすっきり和え コンソメスープ フルーツミックス	12日 ★チャイニーズランチ★ ご飯 まろやか酢豚 かか大根サラダ 刻昆布の煮物 わかめともやしスープ 果物	13日 ★人気和定食★ ご飯 親子煮 おさつサラダ 小松菜の昆布じめ みそ汁 果物	14日 ★もちろん手作り★ ご飯 蓮根のはさみ揚げ 貝たくさん!豚汁 レタスの和風サラダ ひじきの煮物 果物
ココアワッフル	和♪ホットケーキ	いちごクレープ	おはぎ	のり塩おかき	鯛あられ
エネルギー：950kcal タンパク質：34.7g	エネルギー：769kcal タンパク質：31.8g	エネルギー：780kcal タンパク質：27.4g	エネルギー：819kcal タンパク質：18.7g	エネルギー：863kcal タンパク質：35g	エネルギー：834kcal タンパク質：30.2g
16日 米飯 ★体ほかほか★ 話題の!もち麦ごはん 茄子のなべしぎ 春巻き 塩昆布和え のっぺい汁	17日 ★ほっと和食★ ご飯 鯖の利休揚げ 温野菜のツマミアップ 大豆五目煮 野菜たっぷりみそ汁 果物	18日 ★さっぱりと★ ライス 秋鮭のエスカベッシュ マセドアンサラダ 即席漬け オニオンスープ りんごゼリー	19日 ★豪華!天麩羅★ ご飯 天ぷら盛合わせ ほうれん草の和え物 すまし汁 果物	20日 ★ちらし寿司★ ちらし寿司 きゅうりの酢の物 すまし汁 りんごのコンポート	21日 ★めんそーれ沖縄★ ご飯 小松菜のチャンプルー クープリイチー もずくスープ マンゴー
ほうじ茶リフレロールケーキ	ほうじ茶リフレロールケーキ	砂糖醤油おかき	クリームパン	今川焼	メロンパン
エネルギー：996kcal タンパク質：37.6g	エネルギー：828kcal タンパク質：27.7g	エネルギー：664kcal タンパク質：21.9g	エネルギー：743kcal タンパク質：23.5g	エネルギー：752kcal タンパク質：19.3g	エネルギー：827kcal タンパク質：31.7g
23日 ★カラフル和ランチ★ 三色丼 黒豚しゅうまい 揚げなすおろし醤油 みそ汁 果物	24日 ★料理長レシビ!!!★ ライス 黒炒しのりパルメジアン ミモザサラダ きのこのバターソテー 押麦のミネストローネ	25日 ★メリークリスマス♪ ご飯 七面鳥の丸焼き カラフルサラダ 有機野菜のツマミスープ クリスマスデザート	26日 ★ほっと温★ ご飯 赤魚の煮付け 大根かにかまサラダ さつまいもの甘煮 卵の花 卵と豆腐の生姜スープ	27日 ★わくわくランチ★ ライス ロースビーフの和風サラダ じゃがいもそぼろあん わかめとキャベツスープ フルーツ杏仁	28日 ★豪華グリル★ ライス 金目鯛の香草グリル 野菜のソテー さつまいもグラタン コンソメスープ フルーツ
いちごのロールケーキ	黒糖まんじゅう	フルーツケーキ	カステラ	うす塩おかき	くろぼう
エネルギー：760kcal タンパク質：28.7g	エネルギー：745kcal タンパク質：28g	エネルギー：924kcal タンパク質：44.4g	エネルギー：862kcal タンパク質：30.3g	エネルギー：824kcal タンパク質：25.9g	エネルギー：842kcal タンパク質：31.6g