



長谷川病院デイケアセンター献立表

月	火	水	木	金	土
					4日 ★料理長一押し!★ 麦ごはん 油淋魚(1-リウ1) ミニ肉じゃが マカロニサラダ みそ汁 はちみつパンゼリー
					あんぱん
					エネルギー：817kcal タンパク質：30.1g
6日 ★シンプル麺!!! ★ しょうゆラーメン 焼き餃子 マンゴー	7日 ★七草★ 七草御飯 鯖のおろし竜田 里芋と南瓜の 炊き合わせ アロカリとえびのサラダ すまし汁 果物	8日 ★サクッと!!!★ ご飯 メンチカツ& クリームコロッケ ほうれん草のソテー 白菜おかか和え みそ汁 果物	9日 ★北海道フェア★ 十五穀米 鮭ちゃんちゃん焼き 大根と人参の煮物 豆腐のまさご揚げ すまし汁 果物	10日 ★イタリアの風★ ご飯 イタリアンパセリ 胡桃入りパン きのこの彩りソテー コンソメスープ にんじんゼリー	11日 ★ココロは沖縄!★ タコライス 白身魚のフリッター 野菜サイコロスープ 果物
メロン蒸しパン	ほうれん草焼トナツ	小豆抹茶羊羹	ミルクレープ	きなこのパンケーキ	もみじまんじゅう
エネルギー：840kcal タンパク質：27.6g	エネルギー：816kcal タンパク質：25.1g	エネルギー：862kcal タンパク質：25.3g	エネルギー：819kcal タンパク質：34.8g	エネルギー：880kcal タンパク質：28.2g	エネルギー：839kcal タンパク質：25.5g
	14日 ★粕汁の御献立★ もち麦ごはん アジの南蛮漬け えび団子の煮物 白菜おかか和え 野菜たっぷり粕汁 りんごゼリー	15日 ★和風パスタ★ ペーコンときのこの 和風パスタ 小松菜ソテー 白菜のサラダ ジュリエンヌスープ フルーツ	16日 ★こってりさっぱり★ 麦ごはん 豚バラと大根の煮物 薬膳冷やっこ トトと卵の中華炒め すまし汁 果物	17日 ★一番おいしいのは★ ポークカレー 人参のマリネサラダ みそ汁 フルーツミックス	18日 ★もちもちジュース★ 炊き込みおこわ 揚げだし豆腐野菜あん 蓮根昆布煮 小松菜の磯和え みそ汁 果物
	芋ようかん	ストロベリーカスタードタルト	シフォンケーキ	メロンパン	ココアワッフル
	エネルギー：895kcal タンパク質：35.1g	エネルギー：834kcal タンパク質：22.6g	エネルギー：866kcal タンパク質：25.3g	エネルギー：791kcal タンパク質：25g	エネルギー：796kcal タンパク質：30.4g
20日 ★サクッとジュース★ ご飯 カツ! 手作りとんかつ 中華キュウリ きのこの彩りソテー 野菜たっぷりみそ汁 果物	21日 ★人気の御献立★ とり南蛮そば きのこのゆず蒸し 里芋こんにやく田楽 果物	22日 ★料理長オリジナル★ ご飯 赤魚の粕汁 風味揚げ ころころお豆サラダ ほうれん草オムレツ 舞茸のスープ 果物	23日 ★洋風メニュー★ 3種のパン ミートローフ フロッコリーと えびのサラダ コンソメスープ りんごゼリー	24日 ★ほっこりおいしい★ 麦ごはん 鯖の塩麹漬焼き 貝たくさん! 豚汁 春菊のごま和え 長ねぎのロースト 果物	25日 ★チャーシューランチ★ ご飯 黒酢豚 ゆずと小柱中華和え ごぼうつま煮 わかめともやしスープ 果物
抹茶のケーキ	どら焼き	たいやき	さつま芋蒸しパン	かぼちゃのマフィン	生どら焼き(抹茶)
エネルギー：746kcal タンパク質：28.1g	エネルギー：700kcal タンパク質：28.8g	エネルギー：830kcal タンパク質：30.2g	エネルギー：850kcal タンパク質：29.9g	エネルギー：664kcal タンパク質：25.8g	エネルギー：847kcal タンパク質：21.5g
27日 ★韓流定食♪★ ご飯 本格♪チャプチェ えび海鮮餃子 海藻サラダ 中華スープ フルーツ杏仁	28日 ★お魚定食★ ご飯 鯖の利休揚げ 白菜の梅生姜和え 大豆五目煮 お吸い物 果物	29日 ★旨いっ!★ ご飯 白菜と豚肉炒め のっぺい汁 塩昆布和え 枝豆しんじょ炊合せ 人参のシルクアリ	30日 ★和定食★ 麦ごはん 豚肉のみそくわ焼き れんこんの煮物 ひじきの和風和え すまし汁 果物	31日 ★やわらかお肉♪★ ご飯 すき焼 杓苳草のお浸し キャベツの和え物 みそ汁 ワイン寒とフルーツ	
人形焼	メロンパン	もみじ饅頭	紅白大福	抹茶羹	
エネルギー：885kcal タンパク質：34.2g	エネルギー：776kcal タンパク質：26.4g	エネルギー：825kcal タンパク質：28.9g	エネルギー：892kcal タンパク質：36g	エネルギー：723kcal タンパク質：31.6g	