

# 令和6年4月 デイサービスさくら献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1日	2日	3日	4日	5日
* 鱈の生姜煮、油揚げの煮物 * 大根サラダ * 漬け物 * ごはん * 味噌汁 <446kcal>	* もろこしきしめん * 蒸し鶏のおろしポン酢和え * 豆の甘煮 * フルーツ * おにぎり (あさり時雨) <487kcal>	* 豚肉のにんにく焼き * 人参しりしり * 胡瓜の昆布和え * ご飯 * 味噌汁 <492kcal>	* ピースご飯 * メンチカツ * さつま芋のサラダ * 漬け物 * 春野菜の粕汁 <558kcal>	* メバルのごま焼き * 糸昆布の煮物 * 小松菜の生姜和え * ご飯 * 味噌汁 <396kcal>
おやつ えび焼き <139kcal>	おやつ みかんたっぷりゼリー <88kcal>	おやつ うぐいすパイ <149kcal>	おやつ 栗蒸し羊かん <108kcal>	おやつ ブランデーケーキ <149kcal>
8日	9日	10日	11日	12日
* チンジャオロースー * 海藻ときのこの中華和え * フルーツ * ご飯 * 中華スープ <441kcal>	* 鯖の幽庵焼き * 海老稻荷の煮物 * とろろ芋 * 麦ご飯 * 味噌汁 <494kcal>	春の花盛り 御飯の日 <516kcal>	* おにかけそば * アジフライ * オクラのゆかり和え * フルーツ * 小盛ご飯 <535kcal>	* 牛肉のビビンバ丼 * 切干大根と韓国海苔の和え物 * チヂミ * フルーツ * 春雨スープ <557kcal>
おやつ ジャム蒸しまんじゅう <131kcal>	おやつ チョコバナナクレープ <154kcal>	おやつ 桜パンナコッタ <159kcal>	おやつ ホットケーキ <104kcal>	おやつ みたらし団子 <134kcal>
15日	16日	17日	18日	19日
* 鶏のさっぱり煮、野菜の煮物 * 大豆のごまネーズ和え * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 <538kcal>	* カレーライス (シーフード) * ミックスサラダ * らっきょう漬け * フルーツ * 野菜ジュース <516kcal>	* 味噌煮込み風うどん * 千草焼き * 大学芋 * 漬け物 * 小盛ご飯 <546kcal>	* 豆腐と豚バラのすき焼き風煮 * もやしのゴマ酢和え * フルーツ * ご飯 * 味噌汁 <496kcal>	誕生日会 * エビフライ * ポテトのクリーム煮 * キャロットラペ * いちごババロア * ご飯 * コンソメスープ <609kcal>
おやつ 豆腐ドーナツ <115kcal>	おやつ 水ようかん <51kcal>	おやつ 黒糖蒸しケーキ <83kcal>	おやつ ハムチーズサンド <136kcal>	おやつ 誕生日プレート <122kcal>
22日	23日	24日	25日	26日
* あんかけ焼きそば * 焼き餃子 * 豆の甘煮 * フルーツ * 乳酸菌飲料 <563kcal>	* 鮭チーズフライ * 高野豆腐の煮物 * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 <536kcal>	* ミートローフ * 大豆のトマト煮 * 漬け物 * ご飯 * コンソメスープ <516kcal>	春の運動会 【桜花弁当】 <670kcal>	* 豚のうまだれ焼き * 揚げだし豆腐 * フルーツ * ご飯 * けんちん汁 <567kcal>
おやつ ブルーベリーマフィン <149kcal>	おやつ 鬼まんじゅう <137kcal>	おやつ ごへいもち <141kcal>	おやつ 桜あんどうら焼き <117kcal>	おやつ あんみつ <117kcal>
29日	30日	≪厨房からのお知らせ≫ 今月の行事食は10日(水)に「春の花盛り御飯の日」があります。刺身盛り合せをメインに、春の様々な花をイメージした料理を提供します。どんな料理が出てくるのかはお楽しみに🌸 25日(木)には春の運動会【桜花弁当】を予定しています。三色そばろご飯をメインにした春らしいお弁当と桜うどんを提供します。今日の行事食もお楽しみに🌸		
* 鯖の煮付け、野菜の煮物 * ほうれん草の胡桃和え * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 <539kcal>	* マーボー豆腐 * ブロッコリーのナムル * フルーツ * ご飯 * 中華スープ <464kcal>	おやつ あんぱん <126kcal>		
おやつ あんぱん <126kcal>	おやつ りんごケーキ <151kcal>			

※ここに記載されている栄養成分表示は常食の数値です

\* 材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください