

令和8年 3月 デイサービスさくら 献立表 SAKURA

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2日	3日	4日	5日	6日
<ul style="list-style-type: none"> * アブラカレイの梅焼き * 糸昆布の煮物 * みつばのピーナッツ和え * ご飯 * 味噌汁 <p><504kcal></p> <p>おやつ 鬼まんじゅう <137kcal></p>	<p>ひな祭り会食 【ちらし寿司定食】</p> <p><558kcal></p> <p>おやつ 菱餅風 レアチーズケーキ <196kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 豚しゃぶのおかずサラダ * 茶碗蒸し * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 <p><481kcal></p> <p>おやつ パンナコッタ <122kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * メルルーサの味噌マヨネーズ焼き * 大根サラダ * フルーツ * ご飯 * 吸い物 <p><454kcal></p> <p>おやつ 抹茶しるこ あられ <123kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 鶏肉の塩から揚げ * おからサラダ * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 <p><575kcal></p> <p>おやつ 肉まん <134kcal></p>
9日	10日	11日	12日	13日
<ul style="list-style-type: none"> * 山形県郷土料理・芋煮 * カニともやしの和え物 * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 <p><467kcal></p> <p>おやつ アーモンドケーキ <142kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * カレイの煮付け レンコンの煮物 * キャベツのゴマドレ和え * フルーツ * ご飯 * 味噌汁 <p><439kcal></p> <p>おやつ 豆腐ドーナツ <118kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 玉子あんかけうどん * さつま芋の甘煮 * 人参の酢の物 * 佃煮 * 小盛りご飯 <p><521kcal></p> <p>おやつ 栗どら焼き <150kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * ホイコーロー * チンゲン菜のナムル * 漬け物 * ご飯 * 中華スープ <p><430kcal></p> <p>おやつ ごへいもち <141kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * ホキと野菜の揚げ出し * 小松菜の和え物 * フルーツ * ご飯 * 味噌汁 <p><500kcal></p> <p>おやつ ホワイトデー <160kcal></p>
16日	17日	18日	19日	20日
<ul style="list-style-type: none"> * ミニ味噌野菜ラーメン * さくらしゅうまい * きのこの韓国海苔和え * フルーツ * ご飯 <p><519kcal></p> <p>おやつ あん生クレープ <154kcal></p>	<p>誕生日会</p> <ul style="list-style-type: none"> * 海老の天ぷら * 煮物の盛り合せ * 柚子生酢 * くずまんじゅう * 赤飯 * あおさの味噌汁 <p><481kcal></p> <p>おやつ 誕生日プレート <128kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * ホッケの塩焼き * 里芋の煮物 * 味噌和え * ご飯 * 吸い物 <p><449kcal></p> <p>おやつ フルーツポンチ <97kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 豚肉のネギ焼き * 根菜の煮物 * トマトの和風和え * ご飯 * 豆乳味噌スープ <p><463kcal></p> <p>おやつ お好み焼き <121kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 鶏ともやしの炒め物 * マカロニサラダ * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 <p><495kcal></p> <p>おやつ シフォンケーキ <95kcal></p>
23日	24日	25日	26日	27日
<ul style="list-style-type: none"> * 鯖の味噌煮、ごぼうの味噌煮 * もずくときのこの酢の物 * フルーツ * ご飯 * 吸い物 <p><527kcal></p> <p>おやつ スイートポテト <145kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 豚肉と茄子のスタミナ炒め * 白菜のしらす和え * フルーツ * ご飯 * 味噌汁 <p><457kcal></p> <p>おやつ あんぱん <126kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 天津飯 * ビビンバ * 豆の甘煮 * 漬け物 * 春雨スープ <p><482kcal></p> <p>おやつ ウィンナーチーズパイ <148kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * とろ鱈の山椒焼き * 野菜炒め * 大根のレモン酢 * ご飯 * 味噌汁 <p><433kcal></p> <p>おやつ お茶会 (桜水ようかん) <62kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * カレーライス (キーマ) * 蒸し鶏のサラダ * らっきょう漬 * フルーツ * 乳酸菌飲料 <p><605kcal></p> <p>おやつ みたらし団子 <134kcal></p>
30日	31日	<p>《厨房からのお知らせ》</p> <p>3月3日はひなまつりです。 海鮮たっぷりのちらし寿司やひなあられ、おひなさまに飾る菱餅をイメージしたレアチーズケーキなど、ひな祭りにちなんだお食事とおやつになっています。 13日(金)はホワイトデーです。おやつに焼きたてフレンチトーストをご用意しますのでホイップクリームやフルーツを飾って召し上がってください！ 今月の行事食の日もお楽しみに！</p>		
<ul style="list-style-type: none"> * 鶏南蛮きしめん * 菜の花コロッケ * 胡瓜の酢もみ * フルーツ * おにぎり (あさり佃煮) <p><560kcal></p> <p>おやつ きなこおはぎ <95kcal></p>	<ul style="list-style-type: none"> * 八宝菜 * 春雨の中華和え * 漬け物 * ご飯 * 中華スープ <p><416kcal></p> <p>おやつ みかんケーキ <105kcal></p>			

※ここに記載されている栄養価計算は常食の数値です。

* 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