



デイサービスだんし 2月献立表



	月	火	水	木	金	土
	2日	3日	4日	5日	6日	7日
昼	ご飯 味噌汁 肉じゃが ミニ白身フライ 大根の和風和え フルーツ	恵方巻き いわしのつみれ汁 大豆のかき揚げ 青菜の辛子酢味噌和え フルーツ	中華丼 中華スープ 黒酢肉団子 春雨サラダ ゼリー	鶏南蛮そば 混ぜご飯 かにかま天ぷら 野菜のナムル フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 冬瓜の薄葛煮 青菜ともずくの和え物 フルーツ	ご飯 味噌汁 赤魚の煮つけ 炒り豆腐 大根の甘酢和え ゼリー
エネルギー	542kcal	619kcal	694kcal	478kcal	609kcal	528kcal
間食(昼)	プリン	黒糖まんじゅう	ヨーグルト (フルーツソース)	ベリーケーキ	抹茶ゼリー	チュロス
エネルギー	75kcal	73kcal	54kcal	97kcal	89kcal	81kcal
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼	ひじきの混ぜ寿司 赤だし 炊き合わせ ごぼうサラダ フルーツ	カレーライス チーズオムレツ 胡麻ドレサラダ 漬物 ゼリー	栗赤飯 すまし汁 天ぷら盛り合わせ 小松菜の煮浸し 大根なます フルーツ	ご飯 味噌汁 和風ハンバーグ かぼちゃと豆の煮物 コールスローサラダ ゼリー	きつねうどん 混ぜご飯 エビフリッター みぞれ和え フルーツ	オムライス (デミソース) 貝だくさんスープ イタリアンサラダ フルーツポンチ
エネルギー	601kcal	676kcal	564kcal	665kcal	530kcal	571kcal
間食(昼)	たい焼き	プチシュー	梅ようかん	わらび餅	ウエハース	エクレア
エネルギー	71kcal	46kcal	104kcal	66kcal	110kcal	105kcal
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼	ミックスピラフ コーンスープ なすのトマト煮 シーザーサラダ フルーツ	ご飯 春雨スープ 麻婆豆腐 春巻きとえび焼売 きゅうりの浅漬け フルーツ	肉うどん 混ぜご飯 野菜かき揚げ 青菜のくるみ和え ゼリー	洋風散らし すまし汁 揚げ出し豆腐 キャベツの磯辺和え フルーツ	ハヤシライス 大豆ナゲット ミモザサラダ フルーツ	親子丼 味噌汁 花型豆腐のあんかけ オクラのポン酢和え ゼリー
エネルギー	541kcal	586kcal	724kcal	592kcal	666kcal	554kcal
間食(昼)	たこ焼き	黄桃ケーキ	クレープ	ブラウニー	あんまん	みるくまんじゅう
エネルギー	86kcal	146kcal	89kcal	67kcal	77kcal	59kcal
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼	味噌ラーメン 混ぜご飯 海鮮焼売 スナップエンドウの和え物 ゼリー	ご飯 味噌汁 フライの盛り合わせ ひじきの炒め煮 白菜の酢の物 フルーツ	鶏そぼろ散らし すまし汁 炊き合わせ いんげんのピーナッツ和え フルーツ	ソースカツ丼 (群馬) こしね汁 (群馬) ほうれん草のゆば和え (栃木) 高原花豆の甘煮 (群馬) フルーツ	ご飯 豚汁 魚の塩焼き しらたきの入り煮 豆まめサラダ ゼリー	ご飯 クリームシチュー イタリアンサラダ フルーツ
エネルギー	594kcal	607kcal	511kcal	645kcal	582kcal	586kcal
間食(昼)	フルーツヨーグルト	コーヒーゼリー	ドームケーキ	苺のロールケーキ	プチシュー	抹茶ようかん
エネルギー	60kcal	80kcal	116kcal	55kcal	46kcal	74kcal

*仕入れの事情により、献立を変更する事がございますので、ご了承ください。

栄養士 保田 美咲