



# 健寿園

# デイサービスセンター



日付 曜日	2月10日 月	2月11日 火	2月12日 水	2月13日 木	2月14日 金	2月15日 土	2月16日 日
昼	御飯 味噌汁 (茄子・絹さや)  A鶏肉の和風煮込み Bさごしの胡麻照り焼き ピーマンと人参の金平カリフラワーの甘酢生姜和え佃煮	御飯 味噌汁 (キャベツ・貝割れ) A焼きかえり和風ソースがけ Bハンバーグ 舞茸とさつま揚げの煮付け めかぶサラダ 煮豆	 Aカレーうどん Bさばの生姜煮 (御飯・味噌汁) 白菜とベーコンの炒め物 ブロッコリーのピーナッツ和え 黄桃缶	すまし汁 (はんぺん・三つ葉) Aめだいの味噌煮 (御飯) Bピピン丼 (温玉のせ) がんもの含め煮 きゅうりのツナ和え オレンジ	御飯 味噌汁 (小松菜・えのき) A牛肉と根菜の煮物 B赤魚の照り焼き えびしゅうまい 大根の和風ドレッシングがけ 漬物	御飯 味噌汁 (もやし・舞茸) A鮭の塩焼き Bチキンソテー マトソース いんげんのベーコン炒め ほうれん草のおかか和え 煮豆	御飯 味噌汁 (大根・しめじ) A牛肉じゃが Bさんまの胡麻衣焼き 角天の含め煮 オクラのしらす和え 佃煮
AI補給 -	509kcal	468kcal	568kcal	526kcal	636kcal	531kcal	590kcal
BI補給 -	501kcal	572kcal	652kcal	603kcal	467kcal	545kcal	597kcal
おやつ	クリームブッセ・牛乳	パインゼリー・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	チョコムース・牛乳	人形焼 (緑茶あん)・牛乳	栗かすてら饅頭・牛乳
おやつ E補給 -	133kcal	135kcal	172kcal	159kcal	143kcal	146kcal	161kcal
日付 曜日	2月17日 月	2月18日 火	2月19日 水	2月20日 木	2月21日 金	2月22日 土	2月23日 日
昼	 Aあじの柚庵焼き (御飯・味噌汁) Bかき揚げうどん キャベツの当座煮 トマトサラダ バナナ	御飯 味噌汁 (麩・白菜) Aすすきの煮付け B肉野菜炒め 湯豆腐 かぶとあさりの和え物 漬物	御飯 味噌汁 (畑菜・えのき) Aコロッケ&メンチ B白身魚のムニエル香味ソースがけ 竹の子の土佐煮 海藻サラダ 漬物	☆寄せ鍋☆ 鍋 雑炊 ほうれん草の辛子和え オレンジ	☆寄せ鍋☆ 鍋 雑炊 グリーンサラダ オレンジ	御飯 味噌汁 (かぶ・三つ葉) A八宝菜 Bかえりのザーサイ蒸し かにかまとブロッコリーの中華炒め いんげんのピーナッツ和え 佃煮	御飯 すまし汁 (豆腐・絹さや) A鮭のちゃんちゃん焼き B豚肉の生姜焼き 素揚げ茄子の含め煮 白菜のお浸し (ゆず風味) 煮豆
AI補給 -	507kcal	443kcal	597kcal	358kcal	381kcal	519kcal	561kcal
BI補給 -	457kcal	551kcal	499kcal			459kcal	663kcal
おやつ	手作りおやつ	いちごプリン・牛乳	紅葉饅頭 (クリーム)・牛乳	みたらし和菓子ムース・牛乳	フルーチェ (ぶどう)・牛乳	ドームケーキ (チョコ)・牛乳	どら焼き・牛乳
おやつ E補給 -	190kcal	138kcal	183kcal	126kcal	111kcal	171kcal	166kcal

※都合によりメニューを変更する場合がございますので、ご了承ください。