

# 所沢やすらぎの里デイサービスセンター献立表

日付 曜日	6月24日 月	6月25日 火	6月26日 水	6月27日 木	6月28日 金	6月29日 土
昼	 A鶏肉の塩麹焼き (御飯・味噌汁)  B冷やし中華  エビシューマイ キャベツのおかか和え バナナ	すまし汁(とろろ昆布・葱) Aマスの田楽焼き (御飯)  B三色丼  白菜の煮びたし きゅうりの酢味噌和え 黄桃缶	御飯 味噌汁(わかめ・えのき) A豚肉の梅おろしの せ  B赤魚高菜蒸し  もやしの中華炒め ブロッコリーのピーナッツ和え 漬物	御飯 味噌汁(大根・葱) A白身魚フライ  B豆腐の中華旨煮  マカロニソテー オクラのしらす和え 漬物	御飯 すまし汁(はんぺん・貝割れ) A鶏の金山寺焼き  Bさばの西京焼き  きんぴら蓮根 三色豆のシーザーサラダ 漬物	御飯 味噌汁(キャベツ・椎茸) A豚肉のごま照り焼 き  Bたらのピザ焼き風  かぼちゃの白煮 グリーンサラダ 漬物
AI補給-/塩分	497kcal	474kcal	456kcal	557kcal	490kcal	588kcal
BI補給-/塩分	505kcal	480kcal	421kcal	513kcal	550kcal	474kcal
おやつ おやつ I補給-	いちごゼリー・牛乳 119kcal	バニラババロア・牛乳 149kcal	人形焼き・牛乳 172kcal	紅茶ケーキ・コーヒー 130kcal 	吹雪饅頭・牛乳 163kcal	スイスロール(バニラ)・牛乳 181kcal
日付 曜日	7月1日 月	7月2日 火	7月3日 水	7月4日 木	7月5日 金	7月6日 土
昼	 コンソメスープ(マッシュルーム・かぶ) Aさばの葱焼き(御 飯)  B豆入りキーマカ レー  五目野菜炒め もやしの中華サラダ 白桃缶	御飯 味噌汁(大根・葱) Aあじの照焼  B豚キムチ  さつまいものいとこ煮 いんげんのピーナッツ和え 漬物	御飯 味噌汁(かぶ・かぶの葉) Aかれいの揚げ煮  B牛肉豆腐  なすの生姜煮 もやしのわさびマヨ和え 漬物	御飯 味噌汁(わかめ・舞茸) A豚肉の香味醤油が け  Bたらのオニオンバ ター醤油焼き  ほうれん草ともやしのソテー 春雨のかにかま和え 漬物	御飯 味噌汁(白菜・えのき) A鶏肉のパン粉焼き  Bさわらの柚庵焼  いんげん炒め コールスローサラダ 漬物	御飯 すまし汁(かまぼこ・貝割れ) Aぶりの塩焼き  B鶏のもろみ味噌焼 き  もやしの木耳炒め 若布サラダ 漬物
AI補給-/塩分	526kcal	503kcal	462kcal	567kcal	478kcal	521kcal
BI補給-/塩分	596kcal	632kcal	505kcal	441kcal	463kcal	461kcal
おやつ おやつ I補給-	マスカットゼリー・牛乳 145kcal	乳菓饅頭・牛乳 169kcal	あんぱん・牛乳 194kcal	もみじ饅頭・牛乳 168kcal	パインゼリー・牛乳 119kcal	カステラ・牛乳 169kcal

※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。