



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	8月19日 月	8月20日 火	8月21日 水	8月22日 木	8月23日 金	8月24日 土
昼	御飯 味噌汁(かぶ・麩) A白身魚の野菜蒸し B和風おろしハンバーグ 里芋の含め煮 もやしと胡瓜の胡麻ドレ和え漬物	 A冷やし中華 B赤魚の焼き浸し(御飯・味噌汁) 白菜の当座煮 ほうれん草のおぼろ和え 黄桃缶	御飯 味噌汁(わかめ・豆苗) Aさわらのごま照り焼き B鶏肉のオニオンバター醤油焼き ピーマンと人参の金平 カリフラワーのサラダ漬物	御飯 味噌汁(白菜・葱) A麻婆茄子(御飯) B鮭とろろ丼 じゃが芋の煮付け しめじとオクラのわさび和え バナナ	御飯 味噌汁(里芋・椎茸) A鶏肉の生姜焼き Bたらの煮付け れんこんの炒め煮 いんげんの胡麻和え漬物	御飯 味噌汁(冬瓜・えのき) Aかつおカツ B牛肉と野菜の炒め煮 さつま芋の甘煮 きゅうりのおかか和え漬物
AI補給-/塩分	457kcal	471kcal	489kcal	558kcal	480kcal	559kcal
BI補給-/塩分	504kcal	494kcal	465kcal	443kcal	423kcal	571kcal
おやつ おやつ I補給-	抹茶どら焼き・牛乳 171kcal	オレンジゼリー・牛乳 113kcal	ドームケーキ(カスタード)・牛乳 177kcal	レディーボーデン抹茶ティラミス 252kcal 	蒸しパンケーキ・牛乳 201kcal	スイスロール(バナナ)・牛乳 181kcal
日付 曜日	8月26日 月	8月27日 火	8月28日 水	8月29日 木	8月30日 金	8月31日 土
昼	 A豚肉の塩麹炒め(御飯・味噌汁) Bかき揚げうどん 京がんも煮 海藻サラダ フルーツヨーグルト	御飯 味噌汁(わかめ・葱) A白身魚のきのこあんかけ B鶏肉のマスタード焼き 大根と揚げの煮物 マカロニサラダ漬物	御飯 味噌汁(卵・大根の葉) Aあじの焼き浸し B麻婆豆腐  茄子の煮付け いんげんのおかか和え漬物	御飯 味噌汁(もやし・しめじ) Aたらの磯辺揚げ B鶏肉の山椒焼き 春雨炒め ひじきの胡麻ドレ和え漬物	麺バイキング うどん・そうめん・そば もやしのかつお炒め 冷奴  梨	コンソメスープ(かぶ・人参) Aぶりの照り焼き(御飯) Bハヤシライス 金平ごぼう トマトの梅しそサラダ バナナ
AI補給-/塩分	575kcal	466kcal	445kcal	490kcal	468kcal	517kcal
BI補給-/塩分	493kcal	513kcal	509kcal	473kcal	468kcal	535kcal
おやつ おやつ I補給-	吹雪饅頭・牛乳 163kcal	人形焼・牛乳 172kcal	紅茶ケーキ・牛乳 130kcal	コーヒーゼリー・牛乳 145kcal	いちごゼリー・牛乳 119kcal	青梅ゼリー・牛乳 115kcal

*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。