



# 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	9月2日 月	9月3日 火	9月4日 水	9月5日 木	9月6日 金	9月7日 土
昼	さつま芋御飯 すまし汁（とろろ昆布・貝割れ） <u>A鶏肉の香味醤油たれがけ</u> <u>Bマスのごま照り焼き</u> なす炒め キャベツのフレンチサラダ 黄桃缶	コンソメスープ（玉葱・セロリ） <u>Aきのこカレー</u> <u>Bかれのいのざーサイ蒸し（御飯）</u> ポークシュウマイ 切り干し大根の華風和え マンゴーヨーグルト	御飯 味噌汁（豆腐・豆苗） <u>A豆腐ハンバーグ</u> <u>B金目鯛の煮付け</u> キャベツの中華炒め もやし和風ドレッシング和え 漬物	御飯 味噌汁（茄子・葱） <u>Aぶりのバター醤油焼き</u> <u>Bチキンカツ</u> ひじきの煮物 きゅうりの酢味噌和え 漬物	 <u>A赤魚の野菜蒸し（御飯・味噌汁）</u> <u>B肉うどん</u> ちくわと野菜の生姜炒め トマトサラダ 白桃缶	御飯 味噌汁（麩・かぶの葉） <u>A鶏肉の葱醤油焼き</u> <u>Bさばの香味焼き</u> さといもの含め煮 ごぼうのサラダ 漬物
AI補給-/塩分	540kcal	633kcal	499kcal	523kcal	472kcal	437kcal
BI補給-/塩分	537kcal	489kcal	471kcal	512kcal	529kcal	512kcal
おやつ おやつ I補給-	バナラババロア・牛乳 149kcal	マスカットゼリー・牛乳 145kcal	あんぱん・コーヒー 194kcal	もみじ饅頭・牛乳 168kcal	乳菓饅頭・牛乳 169kcal	カステラ・牛乳 169kcal
日付 曜日	9月9日 月	9月10日 火	9月11日 水	9月12日 木	9月13日 金	9月14日 土
昼	御飯 味噌汁（小松菜・麩） <u>Aぶりの焼き浸し</u> <u>B牛肉と大根の炒め煮</u> キャベツと木耳の生姜炒め オクラのなめ茸和え 漬物	御飯 味噌汁（キャベツ・揚げ） <u>Aハンバーグ</u> <u>B豆腐の中華旨煮</u> きんぴら蓮根 もやしサラダ 漬物	御飯 すまし汁（とろろ昆布・豆苗） <u>A味噌カツ</u>  <u>B銀だらの煮付け</u> マカロニカレー炒め ブロッコリーのおかか和え 漬物	御飯 味噌汁（かぶ・かぶの葉） <u>Aさばの柚庵焼き（御飯）</u> <u>B三色丼</u> かぼちゃの白煮 いんげんのピーナッツ和え 黄桃缶	御飯 味噌汁（麩・畑菜） <u>A鶏の照り焼き</u> <u>Bあじの塩焼き</u> さつま芋のいとこ煮 切り干し大根の華風和え 漬物	 <u>A豚肉のごま照り焼き（御飯・味噌汁）</u> <u>Bきつねうどん</u> なすの生姜煮 ひじきのサラダ マンゴーヨーグルト
AI補給-/塩分	535kcal	554kcal	590kcal	582kcal	493kcal	562kcal
BI補給-/塩分	488kcal	590kcal	508kcal	550kcal	484kcal	435kcal
おやつ おやつ I補給-	パインゼリー・牛乳 119kcal	どら焼き（こしあん）・牛乳 160kcal	吹雪饅頭・牛乳 163kcal	栗カステラ饅頭・牛乳 157kcal	チョコババロア・牛乳 170kcal	青りんごゼリー・牛乳 145kcal

※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。