



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16日 月	9月17日 火	9月18日 水	9月19日 木	9月20日 金	9月21日 土
昼	 お赤飯 すまし汁（とろろ昆布・貝割れ） あじの照り焼き 五目煮 キャベツとしめじのわさび和え 漬物 梨	御飯 すまし汁（とろろ昆布・葱） A鶏の金山寺焼き Bマスの柚庵焼き 冬瓜の煮付け わかめと胡瓜の酢の物 漬物	 Aさばの粕漬け焼き （御飯・すまし汁） Bけんちんうどん いんげん炒め ほうれん草のおぼろ和え バナナ	御飯 味噌汁（もやし・豆苗） Aかれいのおろし煮 B厚揚げと豚の味噌炒め 白菜の当座煮 三色豆のシーザーサラダ 漬物	御飯 味噌汁（キャベツ・麩） Aぶりのごま照り焼き B鶏肉の塩麹焼き 金平ごぼう わかめの中華和え 漬物	御飯 味噌汁（大根・大根の葉） A麻婆茄子 Bさごしのバター醤油焼き じゃが芋の煮付け トマトの和風サラダ 漬物
AI補給-/塩分	458kcal	426kcal	564kcal	445kcal	506kcal	515kcal
BI補給-/塩分		420kcal	477kcal	686kcal	427kcal	497kcal
おやつ	祝い饅頭・牛乳	お月見饅頭・牛乳	スイスロール（コーヒー）・牛乳	マンゴーゼリー・牛乳	ミニたいやき・牛乳	和のパンケーキ（抹茶）・牛乳
おやつ I補給-	130kcal	152kcal	174kcal	116kcal	167kcal	122kcal
日付 曜日	9月23日 月	9月24日 火	9月25日 水	9月26日 木	9月27日 金	9月28日 土
昼	 味噌汁（キャベツ・揚げ） A中華旨煮丼 Bぶりごの塩焼き （御飯） えびしゅうまい カリフラワーサラダ バナナ	お楽しみ献立 味噌ラーメン ミニおにぎり 焼き餃子 杏仁豆腐	御飯 味噌汁（冬瓜・かぶの葉） A牛肉じゃが B赤魚の高菜蒸し しめじと絹厚揚げの煮付け もやしのゆず醤油和え 漬物	 Aますの粕漬け焼き （御飯・すまし汁） Bあんかけうどん ピーマンと人参の金平 キャベツのお浸し 白桃缶	御飯 味噌汁（玉葱・しめじ） A鶏のごま照り焼き Bさわらのバター醤油焼き チンゲン菜の煮浸し 胡瓜と大根の柚子和え 漬物	御飯 味噌汁（白菜・平茸） A肉団子の甘酢煮 Bめだいのおろし煮 にんじんシリシリ もやしの華風和え 漬物
AI補給-/塩分	660kcal	633kcal	583kcal	460kcal	402kcal	538kcal
BI補給-/塩分	638kcal		458kcal	4419kcal	436kcal	469kcal
おやつ	おはぎ・牛乳	いちごババロア・牛乳	上用饅頭（赤）・牛乳	フッセケーキ（チョコ）・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	和栗モンブラン・牛乳
おやつ I補給-	153kcal	144kcal	154kcal	159kcal	151kcal	259kcal

※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。