



# 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	11月25日 月	11月26日 火	11月27日 水	11月28日 木	11月29日 金	11月30日 土
昼	 Aきつねうどん B和風ロールキャベツ (御飯・味噌汁) ちくわの磯辺揚げ もやし和え物 洋梨缶	中華スープ (冬瓜・大根の葉) A中華丼 B鱈の南蛮漬け (御飯) ほうれん草炒め マンゴー缶漬物	御飯 味噌汁 (冬瓜・かぶ葉) A牛肉しぐれ煮 B白身魚のピザ焼き風 あさりと青梗菜の炒め物 キャベツのゆかり和え 佃煮	☆秋の行楽弁当☆ きのこ御飯 豚汁 赤魚の照り焼き 里芋のごま味噌和え ラ・フランス 浅漬け	御飯 味噌汁 (かぶ・大根葉) A鶏ひき肉の味噌焼き Bマグロかつ ベーコンといんげんの炒め物 白菜のナムル 漬物	コンソメスープ (キャベツ・セロリ) Aチキンカレー Bピンクサーモンの 柚庵焼 (御飯) コロケ 和風サラダ パイ缶
AI補給-/塩分	473kcal	579kcal	489kcal	499kcal	504kcal	681kcal
BI補給-/塩分	517kcal	504kcal	453kcal		586kcal	564kcal
おやつ おやつ I補給-	芋ようかん・牛乳 146kcal	プリンムース・ショア 133kcal	炭酸饅頭・牛乳 126kcal	カスタードどら焼き・牛乳 174kcal	いちごゼリー・牛乳 108kcal	スイスロール (コーヒー)・牛乳 184kcal
日付 曜日	12月2日 月	12月3日 火	12月4日 水	12月5日 木	12月6日 金	12月7日 土
昼	 味噌汁 (玉葱・しめじ) A赤魚の粕漬け (御飯) B焼きそば なすの煮物 大根の梅肉和え りんご缶	御飯 味噌汁 (じゃが芋・大根葉) A五目卵焼き B白身魚のケチャップ煮 冬瓜の吉野煮 春菊の和風ドレ和え 煮豆	御飯 すまし汁 (豆苗・えのき) A白身魚の葱みそ焼き B中華五目豆腐 ひじきの煮物 いんげんの和風マヨ和え 漬物	御飯 味噌汁 (卵・葱) Aタンドリーチキン Bたらこのムニエルバター醤油ソース じゃが芋の煮物 白菜のたくあん和え 漬物	御飯 味噌汁 (麩・小松菜) A豚肉の葱塩炒め Bさばの塩焼き レンコン煮 ほうれん草のくるみ和え 煮豆	御飯 すまし汁 (三つ葉・かまぼこ) Aぶりの煮付け B鶏肉の味噌漬焼き 青菜炒め きゅうりとわかめの酢の物 バナナ
AI補給-/塩分	497kcal	535kcal	461kcal	524kcal	566kcal	519kcal
BI補給-/塩分	544kcal	485kcal	513kcal	510kcal	553kcal	486kcal
おやつ おやつ I補給-	人形焼き・ショア 186kcal	マロンババロア・牛乳 146kcal	マスカットゼリー・牛乳 110kcal	ドームケーキ・牛乳 179kcal	いちごババロア・牛乳 146kcal	クリームパン・牛乳 167kcal

※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。