



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	12月9日 月	12月10日 火	12月11日 水	12月12日 木	12月13日 金	12月14日 土
昼	御飯 味噌汁（白菜・麩） Aツナと野菜の卵焼き B和風おろしハンバーグ がんもの含め煮 春雨の酢の物 マンゴー缶	御飯 味噌汁（冬瓜・豆苗） A牛肉のんにく醤油炒め（御飯） B鮭と卵の二色丼 さつまいもの煮物 大根のゆず風味和え カクテル缶	御飯 すまし汁（貝割れ・麩） A鶏肉のごま醤油焼き Bさばの味噌煮 切干大根の炒り煮 キャベツのしその実和え 漬物	 A鶏けんちんうどん Bあじの山椒焼き（御飯・味噌汁） ちくわの磯辺揚げ 小松菜の錦糸和え バナナ	御飯 すまし汁（とろろ昆布・三つ葉） A銀だらの照り焼き B厚揚げとえびの野菜炒め ジャーマンポテト ほうれん草和え 黄桃缶	御飯 コンソメスープ Aミートローフ B白身魚のクリームソースかけ マカロニソテー 野菜サラダ  漬物
AI補給-/塩分	536kcal	574kcal	497kcal	536kcal	584kcal	540kcal
BI補給-/塩分	577kcal	509kcal	513kcal	533kcal	498kcal	558kcal
おやつ おやつ I補給-	ピーチゼリー・牛乳 110kcal	チョコブッセケーキ・牛乳 161kcal	どら焼き・牛乳 162kcal	パインゼリー・ジョア 122kcal	和のパンケーキ抹茶・牛乳 124kcal	酒饅頭・牛乳 139kcal
日付 曜日	12月16日 月	12月17日 火	12月18日 水	12月19日 木	12月20日 金	12月21日 土
昼	御飯 味噌汁（さつまいも・貝割れ） Aあじの照り焼き B麻婆茄子  炒り豆腐  いんげんピーナッツ和え 洋梨缶	 コンソメスープ Aポークカレー Bホキのムニエルオニオンソースかけ（御飯） かにクリーミーコロック コールスローサラダ カクテル缶	御飯 味噌汁（畑菜・麩） Aさばの香味焼き B和風ロールキャベツ もやしの炒め物 白菜の塩昆布和え 漬物	☆お楽しみ献立☆ 煮ぼうとう  蓮根炒め 茄子の華風和え みかん缶	御飯 中華スープ  A八宝菜 Bますのタルタル焼き 大根の煮物 いんげんのわさび和え 漬物	御飯 味噌汁（もやし・麩） Aかれの煮付け Bポークチャップ かぼちゃのいとこ煮 小松菜の和え物  漬物
AI補給-/塩分	541kcal	692kcal	474kcal	537kcal	487kcal	474kcal
BI補給-/塩分	664kcal	575kcal	402kcal	537kcal	537kcal	569kcal
おやつ おやつ I補給-	メロンゼリー・牛乳 111kcal	レディボーデンキャラメル・牛乳 261kcal	チーズ蒸しパン・牛乳 194kcal	クリスマスシフォンケーキ・牛乳 158kcal	抹茶どら焼き・牛乳 173kcal	味噌饅頭・牛乳 124kcal

※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。