



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23日 月	12月24日 火	12月25日 水	12月26日 木	12月27日 金	12月28日 土
昼	御飯 味噌汁（舞茸・豆苗） A赤魚のザーサイ蒸し Bポークピカタ ほうれん草のバターソテー いんげんのからし和え 煮豆	Merry Christmas バターライス コンソメスープ ビーフシチュー ミモザサラダ フルーツヨーグルト	御飯 味噌汁（さつまいも・葱） Aえびカツとイカリ ングフライ B酢鶏 きざみ昆布の煮物 グリーンサラダ 漬物	すまし汁（三つ葉・舞茸） A鶏そぼろ丼 Bあぶらかれいの田 楽焼き(御飯) ごぼうの甘辛炒め ほうれん草のしらす和え りんご缶	コンソメスープ Aたらのパン粉焼き (御飯) Bスパゲティミート ソース ベーコンポテト ツナサラダ みかん缶	御飯 すまし汁（しめじ・葱） A豆腐の肉味噌がけ Bますの南蛮漬け ブロッコリーソテー 白菜の中華サラダ 漬物
AI補給-/塩分	436kcal	631kcal	588kcal	503kcal	539kcal	546kcal
BI補給-/塩分	595kcal		473kcal	520kcal	561kcal	508kcal
おやつ おやつ I補給-	コーヒーゼリー・牛乳 122kcal	ショートケーキ・牛乳 162kcal	カステラ・牛乳 171kcal	ピーチムース・牛乳 106kcal	ドームケーキ(こしあん)・牛乳 168kcal	炭酸饅頭・牛乳 128kcal
日付 曜日	12月30日 月	12月31日 火	1月1日 水	1月2日 木	1月3日 金	1月4日 土
昼	御飯 味噌汁（かぶ・かぶの葉） A洋風卵焼き Bあじの煮付け 大根のべっこう煮 オクラのしらす和え パイ缶	大晦日 年越しそば 天ぷら盛り合わせ 春菊のお浸し 黄桃缶	御飯 すまし汁（小松菜・花麩） お刺身盛り合わせ 祝い肴 紅白なます 白桃缶	かにちらし寿司 赤だし（はんぺん・三つ葉） 鶏の野菜巻き 菜の花のお浸し カクテル缶	お赤飯 すまし汁（貝割れ・花麩） ますの照り焼き はんぺんたらこソ ースのせ きゅうりとわかめの 酢の物 祝い肴 みかん缶	ゆかり御飯 味噌汁（三つ葉・舞茸） A彩り擬製豆腐 Bさばの照り焼き じゃが芋煮 もやしサラダ マンゴー缶
AI補給-/塩分	562kcal	505kcal	483kcal	510kcal	580kcal	525kcal
BI補給-/塩分	478kcal					534kcal
おやつ おやつ I補給-	吹雪饅頭・牛乳 165kcal	いちごプリン・牛乳 134kcal	干支饅頭・甘酒 182kcal	ねりきり(寿)・牛乳 126kcal	白桃ようかん・牛乳 107kcal	チョコババロア・牛乳 147kcal

※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。