

🍓👩🍳🍰🥗🔪 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	2月3日 月	2月4日 火	2月5日 水	2月6日 木	2月7日 金	2月8日 土
昼	<p>☆節分メニュー☆</p> <p>ちらし寿司(ネギトロ・えび)</p> <p>いわしつみれ汁</p> <p>五目豆  </p> <p>春菊の和えもの</p> <p>フルーツヨーグルト</p>	<p>御飯</p> <p>中華スープ</p> <p>A麻婆豆腐</p> <p>Bますのタルタル焼き</p> <p>里芋の煮物</p> <p>カリフラワーし和え漬物</p>	<p>御飯</p> <p>味噌汁 (もやし・人参)</p> <p>Aかれいの煮付け</p> <p>Bポークチャップ</p> <p>南瓜のいところ煮</p> <p>小松菜の和え物漬物</p>	<p></p> <p>A鶏南蛮うどん</p> <p>B豆腐の海鮮野菜あん (御飯・味噌汁)</p> <p>蓮根炒め</p> <p>茄子の華風和えりんご缶</p>	<p>御飯</p> <p>味噌汁 (舞茸・豆苗)</p> <p>A赤魚のザーサイ蒸し</p> <p>Bポークピカタ</p> <p>ほうれん草ソテー</p> <p>いんげんのからし和え煮豆</p>	<p>御飯</p> <p>味噌汁 (さつま芋・葱)</p> <p>Aえびカツとイカリリングフライ </p> <p>B和風酢鶏</p> <p>きざみ昆布の煮物</p> <p>グリーンサラダ漬物</p>
AI補給-/塩分	609kcal	542kcal	472kcal	486kcal	437kcal	598kcal
BI補給-/塩分		524kcal	569kcal	584kcal	595kcal	481kcal
おやつ おやつ I補給-	ピーチムース・牛乳 106kcal	蒸しパンチーズ・牛乳 187kcal	抹茶ゼリー・牛乳 122kcal	こしあんドームケーキ・牛乳 168kcal	ライチゼリー・ジョア 123kcal	抹茶ムース・牛乳 108kcal
日付 曜日	2月10日 月	2月11日 火	2月12日 水	2月13日 木	2月14日 金	2月15日 土
昼	<p>すまし汁 (貝割れ・舞茸)</p> <p>A鶏そぼろ丼 </p> <p>Bかれいの田楽焼き (御飯)</p> <p>ごぼう甘辛炒め</p> <p>ほうれん草のしらす和えりんご缶</p>	<p>コンソメスープ</p> <p>Aたらのパン粉焼き (御飯)</p> <p>Bスパゲティミートソース</p> <p>ベーコンポテト</p> <p>ツナサラダ </p> <p>みかん缶</p>	<p>御飯</p> <p>すまし汁 (しめじ・葱)</p> <p>A豆腐ステーキ (肉味噌のせ)</p> <p>Bますの南蛮漬け</p> <p>ブロッコリーソテー</p> <p>イタリアンサラダ漬物</p>	<p>御飯</p> <p>味噌汁 (玉葱・わかめ)</p> <p>Aめだいの胡麻照り焼き</p> <p>B鶏肉のチーズ焼き</p> <p>きくらげ炒め</p> <p>もやし和え </p> <p>漬物</p>	<p>御飯</p> <p>味噌汁 (かぶ・かぶの葉)</p> <p>A洋風卵焼き </p> <p>Bあじの煮付け</p> <p>冬瓜のべっこう煮</p> <p>オクラのしらす和え</p> <p>パイ缶</p>	<p>御飯</p> <p>味噌汁 (キャベツ・かぶの葉)</p> <p>A豚肉のハニーマスタード焼き</p> <p>Bさばの塩焼き</p> <p>ぜんまいの煮物</p> <p>春菊のお浸し漬物</p>
AI補給-/塩分	501kcal	537kcal	553kcal	481kcal	564kcal	515kcal
BI補給-/塩分	515kcal	561kcal	515kcal	477kcal	481kcal	479kcal
おやつ おやつ I補給-	スイスロール・牛乳 175kcal	メロンゼリー・牛乳 111kcal	炭酸饅頭・牛乳 128kcal	クレープ・牛乳 147kcal	ドームケーキ(チョコ)・牛乳 167kcal	マスカットゼリー・ジョア 122kcal

※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。