

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	3月17日 月	3月18日 火	3月19日 水	3月20日 木	3月21日 金	3月22日 土
昼	御飯 味噌汁（白菜・わかめ） Aさわらの生姜煮 B肉豆腐  ごぼうの甘辛炒め 青梗菜のごま醤油和え 漬物	コンソメスープ Aキーマカレー B赤魚の山椒焼き （御飯） カニクリームコロッケ 人参サラダ みかん缶	御飯 味噌汁（もやし・いんげん） Aあじの七味焼き B豚肉の生姜焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーサラダ 漬物	たけのこ御飯 味噌汁（舞茸・ほうれん草） A鶏肉の香味焼き Bかれいの煮つけ さつまいもの甘煮 カリフラワーの甘酢和え りんご缶	 A野菜タンメン Bほっけの塩焼き （御飯・味噌汁） 餃子（野菜あんかけ） しろなのナムル カクテル缶	御飯 すまし汁（かまぼこ・三つ葉） A白身魚の味噌煮 Bチキントマト煮 なすとピーマンの炒め物 ほうれん草和え 佃煮
AI補給-/塩分	503kcal	607kcal	477kcal	556kcal	558kcal	481kcal
BI補給-/塩分	525kcal	534kcal	544kcal	514kcal	512kcal	513kcal
おやつ おやつ I補給-	青りんごゼリー・ショア 105kcal	ぶどうゼリー・牛乳 110kcal	バナナクリームサンドケーキ・牛乳 187kcal	おはぎ・牛乳 134kcal	オレンジゼリー・牛乳 110kcal	いちごモンブラン・牛乳 273kcal
日付 曜日	3月24日 月	3月25日 火	3月26日 水	3月27日 木	3月28日 金	3月29日 土
昼	御飯 味噌汁（舞茸・かぶ葉） A豚肉の粕漬焼き Bマグロかつ 里芋の煮物 ブロッコリーの和え物 漬物	 Aたらの和風ムニエル （御飯・味噌汁） B味噌ラーメン なすの含め煮 春雨サラダ 黄桃缶	味噌汁（豆腐・豆苗） A牛丼  B白身魚の葱塩ソース じゃがいも炒め 白菜のポン酢和え りんご缶	御飯  中華スープ Aますの中華煮 B鶏肉のチーズ焼き レンコン炒め しろなのごま和え 漬物	御飯 すまし汁（はんぺん・貝割れ） A豚肉と厚揚げの味噌炒め Bさばの塩焼き 大根のくず煮 カリフラワーのゆかり和え マンゴー缶	御飯 味噌汁（しろな・麩） Aあじフライとイカリ リングフライ Bポークソテー かぶのコンソメ煮 グリーンサラダ カクテル缶
AI補給-/塩分	519kcal	557kcal	562kcal	468kcal	495kcal	612kcal
BI補給-/塩分	529kcal	576kcal	501kcal	485kcal	511kcal	523kcal
おやつ おやつ I補給-	こしあんドームケーキ・牛乳 168kcal	焼きドーナツ・牛乳 136kcal	スイスロール（パニラ）・牛乳 175kcal	ライチゼリー・ショア 123kcal	今川焼き（カスタード）・牛乳 168kcal	コーヒーゼリー・牛乳 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。