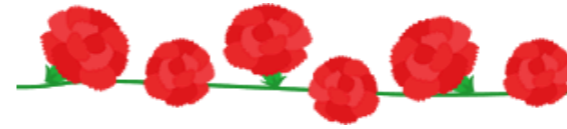




# 食事献立表



所沢やすらぎの里デイサービスセンター

4月27日 月			4月28日 火			4月29日 水			4月30日 木			5月1日 金			5月2日 土		
ご飯			ご飯(B)			昭和の日 ご飯			ご飯			ご飯(A)			ご飯		
味噌汁			コンソメスープ			味噌汁			すまし汁			すまし汁			味噌汁		
A ソイの煮つけ			A チキンカレー			A ぶりの照り焼き			A ホキのチーズパン粉焼き			A 親子煮			A 白身魚の南蛮漬け		
B 鶏肉のチリソース			B かけいのオーロラソース焼き			B ポークチャップ			B 牛肉のオイスターソース炒め			B キャベツとしらすの和風スパゲティ			B 蒸し鶏の葱ソース		
小松菜のコーンソテー			れんこんのおかか炒め			レバーのしぐれ煮			高野豆腐の炒め煮			かにかまとカリフラワーのサラダ			ほうれん草のソテー		
白菜のお浸し			トマトマリネ			大根と三つ葉のゆかり和え			ブロッコリーのごま和え			牛乳かんブルーベリーソース			たらもサラダ		
栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B
エネルギー (kcal)	407	588	エネルギー (kcal)	589	478	エネルギー (kcal)	545	431	エネルギー (kcal)	462	568	エネルギー (kcal)	471	345	エネルギー (kcal)	538	526
たんぱく(g)	20.2	21.6	たんぱく(g)	17.2	20.1	たんぱく(g)	26.6	22.7	たんぱく(g)	26.5	21.2	たんぱく(g)	18.4	12.4	たんぱく(g)	21.3	22.0
塩分(g)	2.9	2.9	塩分(g)	4.7	3.5	塩分(g)	1.9	1.8	塩分(g)	2.6	2.5	塩分(g)	2.6	2.0	塩分(g)	2.6	2.6
おやつ りんごパイ			おやつ バウムクーヘン			おやつ 黒糖ケーキ			おやつ ドームケーキカスタード			おやつ マンゴーフリン			おやつ ようかんロールケーキ		
5月4日 月			5月5日 火			5月6日 水			5月7日 木			5月8日 金			5月9日 土		
みどりの日 ご飯			ご飯			立夏 ご飯			ご飯(A)			ご飯			ご飯		
若竹汁			中華風コーンスープ			すまし汁			中華スープ(A)			すまし汁			コンソメスープ		
A さわらの漬け焼き			A 豚肉の味噌だれかけ			A 鶏肉と空豆の炒め物			A 五目卵焼き			A ソイのちゃんちゃん焼き			A 白身魚のバジル焼き		
B 八宝菜			B かにかまあかけ			B あじの蒲焼風			B きつねそば(菜飯付き)			B 鶏肉のマスタード焼き			B 麻婆豆腐		
鶏ミンチとビーフン炒め			切り昆布の煮つけ			車麩の煮物			白菜の中華サラダ			ポテトのバター醤油炒め			カリフラワーのソテー		
いんげんのわさび和え			ごぼうサラダ			ペンネのケチャップ和え			黄桃缶			シーザーサラダ			白菜とかにかまのサラダ		
栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B	栄養成分	A	B
エネルギー (kcal)	479	496	エネルギー (kcal)	583	548	エネルギー (kcal)	498	461	エネルギー (kcal)	446	485	エネルギー (kcal)	468	559	エネルギー (kcal)	472	557
たんぱく(g)	24.7	19.7	たんぱく(g)	19.6	13.9	たんぱく(g)	20.2	22.8	たんぱく(g)	15.5	15.2	たんぱく(g)	21.0	21.5	たんぱく(g)	20.9	23.0
塩分(g)	3.2	3.8	塩分(g)	3.4	4.3	塩分(g)	2.9	3.0	塩分(g)	2.7	3.9	塩分(g)	2.7	2.7	塩分(g)	2.9	3.7
おやつ カスタードおやき			おやつ 薄皮饅頭うぐいすあん			おやつ クリームフッセ			おやつ ピーチゼリー			おやつ 抹茶あずきロール			おやつ ミルクサンドケーキ		