



旬の食材:春菊は、骨をつくるビタミンKが豊富です。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日
昼	ご飯 鶏肉の甘辛煮 めかぶ和え 味噌汁 (大根・しろな) バナナ いわしの蒲焼き	豆ごはん お月見そば 菜の花のささみ和え 白桃缶 野菜のかき揚げ	ご飯 杵の外外南蛮 胡瓜のなめたけ和え 味噌汁 (茄子・蓮根) オレンジ きのこソテー	ご飯 蜂蜜入りポークソテー キャベツの酢の物 味噌汁 (冬瓜・大根菜) キウイフルーツ ひじき煮	ご飯 魚の揚げおろし煮 ナムル 味噌汁 (大根・ワカメ) パイン缶 グラタン	ご飯 カレーのバジルパン粉焼き ブロッコリーのミモザサラダ 中華スープ りんごのコンポート 揚げだし豆腐
おやつ	ドームケーキ	上用饅頭	ピザまん	カスタードどら焼き	たい焼き	さつま芋ようかん
カロリー	563 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	589 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	651 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	669 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	650 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	679 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加
	2月13日	2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日
昼	ご飯 ビーフシチュー 盛り合わせサラダ ピーチゼリー 白菜の浅漬け風	ご飯 ハートコロック 大根サラダ コーンスープ いちご ほうれん草のバターソテー	梅しらすご飯 豆腐野菜ハンバーグ 春菊とカリフラワーのごまあえ 豚汁 バナナ 切り干し大根の煮物	ご飯 魚の煮つけ 菜の花のたらこマヨ和え 牛肉とごぼう汁 黄桃缶 なすの揚げ浸し	穴子散らし寿司 小松菜ときのことと和え けんちん汁 ぶどうフルーチェ 南瓜の鶏あんかけ	ご飯 ガーリックチキン 白菜と青じそ和え 清汁 (もやし、麩) キウイ きんぴられんこん
おやつ	抹茶ケーキ	ガトーショコラ風	吹雪饅頭	黒糖蒸しパン	そば饅頭	ショコラロール
カロリー	760 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	663 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	685 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	688 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	590 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	514 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加



いつの間にか2月に入りました。  
2月3日の行事食の巻き寿司は、利用者さんが摂取されているときの笑顔が印象的でした★  
食事の写真も撮影しましたので、近々豊寿苑のInstagramにアップされるかもしれません🌸

