



旬の食材:ブロッコリーは、β-カロテン、ビタミン、食物繊維などを豊富に含みます。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日
昼	牛丼 ほうれん草のゆず和え 清汁(豆腐・玉ねぎ) フルーツヨーグルト 揚げ茄子	御飯 豚肉野菜炒め 中華サラダ 海老入り中華スープ 白桃缶 きんぴられんこん	御飯 銀だらの西京焼き ネバネバサラダ 清汁(小松菜・はんぺん) 抹茶ババロア ブロッコリーとえびの炒め物	御飯 鮭のゆかり揚げ 白菜と人参の酢物 味噌汁(玉葱・ほうれん草) コーヒーゼリー 冬瓜のかにあんかけ	御飯 豚肉のマヨ炒め ブロッコリーのサラダ 味噌汁(じゃが芋・しろな) りんご もやしソテー	豆御飯 揚げだしの五目あんかけ 菜の花の中華和え 中華スープ たんぱく強化ムースイチゴ 肉焼売
	おやつ プレーン蒸しパン カロリー 713 ^キ ₀ 加	ピザまん 685 ^キ ₀ 加	きなこ黒蜜パンケーキ 623 ^キ ₀ 加	味噌饅頭 595 ^キ ₀ 加	豆乳ドーナツ 657 ^キ ₀ 加	レアチーズケーキ 663 ^キ ₀ 加
	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日
昼	御飯 豚肉と根菜煮 もやしナムル 味噌汁(茄子・揚げ) キウイフルーツ 湯豆腐	蟹玉丼 ブロッコリーセサミサラダ 味噌汁(巻き麩・青梗菜) 杏仁豆腐 ミートボールの甘辛煮	御飯 鮭のオーロラソースかけ ほうれん草のお浸し たまごスープ オレンジ 切り干し大根のマヨポン和え	御飯 チキン味噌カツ ブロッコリーとツナ和え 清汁(大根・しろな) 黄桃缶 だし巻き卵	御飯 お好み焼き風オムレツ 玉ねぎとりんごサラダ ヨーグルトババロア 清汁(大根・チンゲン菜) ほうれん草のごま和え	御飯 ポークビーンズ 三色なます 生姜スープ 白桃缶 ソーセージソテー
	おやつ 焼きドーナツ チョコ カロリー 642 ^キ ₀ 加	手作おやつ(さつま芋蒸しぱん) 630 ^キ ₀ 加	吹雪饅頭 588 ^キ ₀ 加	ミルクティーゼリー 661 ^キ ₀ 加	カステラ饅頭 715 ^キ ₀ 加	ずんだどら焼き 659 ^キ ₀ 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



だんだん涼しい季節になってきました。
 デイケアのご利用者さんより、「野菜嫌いですがおいしく頂けました」と嬉しいメモを頂きました☆
 ありがとうございます！ご利用者さんから頂いたメモは、全てノートに貼って大事に保管しています♪

