



旬の食材:蓮根のビタミンCは、加熱しても壊れにくいことが特徴です。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土	
	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	
昼	御飯 鶏肉のガーリック焼き 春菊とホタテ和え 味噌汁(大根・しろな) コーヒーゼリー 切り干し大根の煮物	御飯 豚肉野菜炒め 大根サラダ 清汁(はんぺん・貝割) 洋梨缶 ほうれん草と卵の炒め物	御飯 鮭の明太マヨ焼き ブロッコリーのくるみ和え 清汁(白菜・玉葱) ぶどうゼリー 焼売(人参)	豚肉の味噌ダレ丼 スパゲティサラダ 中華スープ(冬瓜) みかん缶ヨーグルトかけ きんぴらごぼう	ハヤシライス コールスローサラダ 福神漬け ピーチゼリー ほうれん草の御浸し	御飯 白身魚のフライ うまい菜とささみサラダ 味噌汁(白菜・玉葱) バナナ パンプキンサラダ	
	おやつ	和栗モンブラン	紅茶プリン	肉まん	黒糖饅頭	バウムクーヘン	チョコドーナツ
	カロリー	700 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	764 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	625 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	742 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	667 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	656 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加
		9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日
	昼	御飯 豚肉の胡麻だれ焼き とろろ和え 冬瓜の中華スープ 梨缶 いんげんごま和え	御飯 グリルチキン 菜種和え 清汁(豆腐・しろな) オレンジ ブロッコリーのおんかけ	ワカメ御飯 冷やし中華 おからのさっぱりサラダ 杏仁豆腐 香の物	御飯 赤魚の梅しそ焼き ブロッコリーのくるみ和え 清汁(はんぺん・小松菜) りんご じゃが芋とベーコンソテー	御飯 銀だらの西京焼き なすの柚子和え 鶏肉のごま汁 フルーツポンチ もやしソテー	さつま芋ご飯 豆腐バーグ 大根なます 清汁(茄子) 苺ゼリー 焼きビーフン
おやつ		バニラアイス	きなこ黒蜜パンケーキ	炭酸饅頭	抹茶どら焼き	吹雪饅頭	チョコパイ
カロリー		689 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	520 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	561 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	580 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	679 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	701 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。

まだまだ暑い日が続いていますね。  
 デイケアのご利用者さんより、「蓮根が入ったお味噌汁が美味しかったです」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♪

