



旬の食材:春キャベツは、生でも加熱しても食べやすい野菜です。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日
昼	ご飯 白身魚の明太マヨ焼き 切干大根の酢の物 清汁 (ちくわ・キャベツ) キウイ もやしのだんご炒め	いりこ菜飯 とんこつラーメン ほうれん草の柚浸し ピーチゼリー シューマイ	ご飯 春野菜の天ぷら盛り 小松菜と胡麻和え 赤だし汁 (玉葱、わかめ) オレンジ だし巻き卵	ご飯 魚の煮付け 白菜と揚げのお浸し 豚汁 黄桃缶のヨーグルトかけ ミートボール	ご飯 チキンのマスタード焼き もずく酢 きのこスープ バニラババロア オニオンソテー	山菜散らし寿司 大根とささみ和え 清汁 (焼き茄子) バナナ いわしの梅しそフライ
	おやつ バームクーヘン カロリー 544 ^キ 加	プレーン蒸しパン 610 ^キ 加	吹雪饅頭 656 ^キ 加	ココアの実 711 ^キ 加	エクレア 638 ^キ 加	苺牛乳寒天 546 ^キ 加
	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日
昼	ポークカレー 福神漬け 盛合せサラダ ピーチゼリー カリフラワーの海老和え	ご飯 カレイのほろろソテー 白菜の甘酢和え 若竹汁 キウイフルーツ ひじき煮	ご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 味噌汁 (小松菜・花麴) オレンジ ピーマンとリセージソテー	ご飯 照り焼きチキン 切干大根ピリ辛和え 菜の花入りかきたま汁 りんご シューマイ	ご飯 魚の醤油煮 コールスローサラダ 味噌汁 (玉葱、茄子) ヨーグルトかけ 梅しそ天ぷら	いりこ菜飯 けんちんうどん ホタテのお浸し パインゼリー 香の物
	おやつ 練りきり カロリー 733 ^キ 加	バームクーヘン 606 ^キ 加	クレープ 673 ^キ 加	もみじ饅頭 600 ^キ 加	抹茶水饅頭 623 ^キ 加	桃羊羹 591 ^キ 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



いつの間にか4月のなりました。季節の変わり目ですので、体調にはお気をつけ下さい！
さて、今回は春キャベツについてです。葉はやわらかめで、みずみずしく、サラダなど生食に適しています。生のままサラダで食べると、キャベツの鮮度や甘みをいっそう感じられます。

