



旬の食材:小松菜には、骨の形成に必要なビタミンKが多く含まれます。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	2月29日
昼	オレンジパン ミートスパゲッティ 野菜スープ マンゴーヨーグルト 海藻サラダ	ご飯 赤魚の煮付け 菜の花のたらこマヨ和え 牛肉とごぼう汁 オレンジ 茄子の揚げ浸し	ご飯 フライ盛合せ 春菊とちくわの和え物 清汁(大根、しめじ) 洋梨缶 たまごサラダ	ご飯 鶏つくねの照り焼きソース 青梗菜のわさび和え 味噌汁(里芋、白菜) りんご ひじき煮	ご飯 鮭のオーロラソース 胡瓜のなめたけ和え 味噌汁(茄子、蓮根) 黄桃缶 きのこソテー	ご飯 豚肉のごまだれ焼き しらすと大根サラダ かきたまスープ バナナ ブロッコリーのあんかけ
おやつ	カステラ	チョコ饅頭	焼きドーナツ(チョコ)	バナナクレープ	ピザまん	ピーチゼリー
カロリー	680 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	662 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	732 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	604 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	649 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	689 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>
	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日
昼	ポークカレー キャベツとアーモンドサラダ 福神漬け 抹茶ゼリー シュウマイ	飾り稻荷寿司 小松菜のお浸し 茶碗蒸し いちごゼリー ひなあられ 甘酒	せりご飯 鱈の塩焼き 春菊のマヨ和え 味噌汁(豆腐、大根葉) パイン缶 きんぴられんこん	いりこ菜飯 豚肉入り団子汁 冬瓜の和え物 ぶどうゼリー 香の物	ご飯 カレイの青のりピカタ ひじきのさっぱり和え 春菊とエビツミレスープ りんご 肉春巻き	ご飯 鯖の生姜煮 さつま芋サラダ 味噌汁(蓮根、花麩) キウイ だし巻き卵
おやつ	マンゴーロール	ひな祭り饅頭	いちごケーキ	おはぎこしあん	練りきり桜	ドームケーキチョコ
カロリー	702 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	624 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	588 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	638 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	584 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>	738 <sup>キ</sup> <sub>カ</sub>

献立は変更になることがございます。ご了承ください。



インフルエンザの患者数は減少傾向ですが、まだ警報レベルです。予防のため、湿度は50~60%を保ちましょう♪  
 今月の食材は、小松菜です。江戸時代に東京都の小松川地区で作られたことから、名前の由来とされているようです。  
 冷蔵保存する場合は、しめらせた新聞紙で包み、立てて冷蔵庫に入れましょう。2~3日程度はもちます！

