



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20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日
昼	御飯 白身魚の明太マヨ焼き 切り干し大根の酢の物 すまし汁 (はんぺん・白菜) 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	豆御飯 春野菜の天ぷら盛り 菜の花の白和え 赤だし 二色団子 だし巻き玉子	御飯 魚の煮付け 白菜と揚げのお浸し 豚汁 オレンジ オレンジ ミートボール	御飯 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 すまし汁 バナナ いわしの磯香フライ
	おやつ おやつ:バームクーヘン	おやつ:蒸しパン	おやつ:チョコクレープ	おやつ:かえでの実	おやつ:豆乳ドーナツ	おやつ:苺牛乳寒天
カロリー	603 ^キ _〇 加	605 ^キ _〇 加	758 ^キ _〇 加	718 ^キ _〇 加	633 ^キ _〇 加	532 ^キ _〇 加
	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日
昼	ポークカレー 盛り合わせサラダ 福神漬け パインゼリー カリフラワーの海老タルタルかけ	御飯 カレイのレモンバター 白菜とあさりのおかか和え 若竹汁 キウイフルーツ ひじき煮	御飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮付け 味噌汁 (小松菜・じゃが芋) オレンジ ピーマンとソーセージソテー	御飯 照り焼きチキン 切り干し大根のピリ辛和え 菜の花入りかきたま汁 りんご シューマイ	作製中	作製中
	おやつ おやつ:練り切り	おやつ:白い風船	おやつ:バナナクレープ	おやつ:もみじ饅頭		
カロリー	765 ^キ _〇 加	514 ^キ _〇 加	715 ^キ _〇 加	630 ^キ _〇 加	0 ^キ _〇 加	0 ^キ _〇 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



まだ少し肌寒い季節ですね。みなさん、体調はいかがでしょう。
さて、今回の旬の食材は、春キャベツです。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♪

