旬の食材：里芋は、芋類のなかでは比較的カロリーが低いです。

大分豊寿苑　デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日
昼	ゆかりご飯 肉そば もやしのナムル バニラババロア だし巻き卵	ご飯 かれいのピカタ 小松菜のわさび和え 味噌汁（白菜、春菊） 黄桃缶 豆腐チャンプル	ご飯 鮭の明太マヨ焼き カリフラワーのくるみ和え 味噌汁（里芋、玉葱） ぶどうゼリー 蒸しシュウマイ	豚肉の味噌ダレ丼 白菜のポン酢和え 中華スープ（しめじ） みかん缶ヨーグルトかけ ソーセージソテー	ビアガーデン御膳：焼きおにぎり 焼き鳥（もも、ねぎ間） 冷や奴 マスタードマヨサラダ 中華スープ なんちゃってビールゼリー	ご飯 鰺の塩焼き マカロニサラダ 清汁（茄子、しろな） リンゴゼリー 切り干し大根の煮物
おやつ	どらやき	紅茶プリン	クリームブッセ	黒糖饅頭	お月見饅頭	ココアの実
カロリー	727キロカロリー	632キロカロリー	710キロカロリー	732キロカロリー	629キロカロリー	664キロカロリー
	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日
昼	ご飯 魚のパン粉焼き じゃがバターコーン 味噌汁（わかめ、おつゆ麸） キウイフルーツ ひじきの煮物	ご飯 鶏肉のネギ塩焼き 南瓜サラダ 清汁（豆腐、わかめ） コーヒーゼリー ブロッコリーのあんかけ	カツとじ丼 ヨーグルトサラダ コンソメスープ 漬物 ほうれん草のごま和え	ご飯 さんまの天ぷら 胡瓜と長芋の辛子酢和え 味噌汁（白菜、玉葱） 梨缶 きんぴらごぼう	ご飯 たらの煮付け 揚げなすの柚子和え 鶏肉のごぼう汁 黄桃缶 もやしソテー	きのこご飯 豆腐バーグ 大根なます 清汁（茄子、わかめ） 苺ゼリー ピーナツ豆腐
おやつ	水ようかん	チョコドームケーキ	抹茶ワッフル	巨峰ロールケーキ	エクレア	おはぎ
カロリー	644キロカロリー	642kcal	626キロカロリー	709キロカロリー	603キロカロリー	645キロカロリー

献立は変更になることがございます。ご了承ください。

9月に入りました。まだまだ猛暑が続いていますね。
さて、延期していたビアガーデン御膳を今月予定しています。
なんちゃってビールゼリーは、アルコール0%ですが、みなさんに楽しんで頂けると嬉しいです♪