



旬の食材:ブロッコリーは、β-カロテン、ビタミン、食物繊維などを豊富に含みます。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
昼	ご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 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	カツとじ丼 ヨーグルトサラダ コンソメスープ 漬けもの ほうれん草のごま和え	ご飯 鮭の南蛮漬け 白菜とちくわの磯香和え 味噌汁 (もやし、揚げ) 黄桃缶 じゃが芋とベーコンソテー	たまごサンド ミートスパゲティ 野菜たっぷりコンソメスープ フルーツヨーグルト コールスローサラダ	きのこご飯 カレイの山芋蒸し 白菜のおかか和え 清汁 (豆腐、揚げ) みかん だし巻き卵	ご飯 鯖の塩焼き 豆腐サラダ 味噌汁 (蓮根、玉葱) バナナ 南瓜のそぼろ煮
おやつ	バナナクレープ	抹茶ワッフル	ピザまん	かえでの実	蒸しパン	肉まん
カロリー	716 ^キ 加	612 ^キ 加	671 ^キ 加	623 ^キ 加	624 ^キ 加	676 ^キ 加
	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
昼	ご飯 鶏肉の照り焼き じゃがバターコーン 清汁 (小松菜、しめじ) 豆乳寒天黒蜜かけ 切干大根の煮物	さつま芋ご飯 赤魚の煮付け 白和え 清汁 (筍) パイン缶 コーンコロッセ	穴子散らし寿司 小松菜ときのご和え けんちん汁 マロンババロア カリフラワーのピーナッツ和え	ご飯 ガーリックチキン ブロッコリーサラダ 中華かきたまスープ キウイフルーツ ぜんまいナムル	ご飯 魚の揚げ卸し煮 ほうれん草とあさり和え 味噌汁 (もやし、しめじ) りんご 湯豆腐のポン酢かけ	ご飯 酢豚風 南瓜のサラダ きのこ入玉子コンソメスープ 洋梨缶 蒸し餃子
おやつ	ドームケーキ	吹雪饅頭	チョコ饅頭	ココアの実	練りきり	抹茶ワッフル
カロリー	600 ^キ 加	643 ^キ 加	686 ^キ 加	617 ^キ 加	624 ^キ 加	704 ^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。



今年も、あと2カ月となりました(早いですね・・・!)
今月のイベントは、毎年恒例の握り寿司バイキングです。調理師が皆様の前で、お寿司を握ります。回らないお寿司、ぜひお楽しみに☆

