

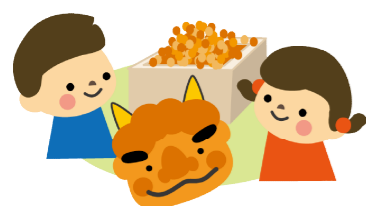


旬の食材:小松菜には、骨の形成に必要なビタミンKが多く含まれます。

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日
昼	御飯 鶏肉の甘辛煮 めかぶ和え 味噌汁(大根、しろ菜) バナナ いわしの蒲焼	ハヤシライス 盛合せサラダ 福神漬 ピーチゼリー ほうれん草のお浸し	御飯 魚の揚げ卸煮 ナムル 味噌汁(大根、わかめ) パイナップル缶 グラタン	御飯 蜂蜜入りポークソテー キャベツの酢の物 味噌汁(茄子、小松菜) みかん ひじき煮	豆ご飯 お月見そば 菜の花のささみ和え 白桃缶 野菜の天ぷら	御飯 魚の梅煮 ポテトのタルタル和え 清汁(もやし、大根葉) りんごのコンポート 揚げだし豆腐
おやつ	クリームブッセ	抹茶ワッフル	たい焼き	カスタードどら焼き	チョコケーキ	紫芋ようかん
カロリー	597 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	694 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	671 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	696 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	638 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	659 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加
	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日
昼	御飯 ハートコロッケ 大根サラダ コーンスープ いちご ほうれん草のバターソテー	御飯 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) オレンジ きのこソテー	梅しらす御飯 豆腐野菜ハンバーグ 春菊のごま和え 豚汁 バナナ 切干大根の煮物	御飯 赤魚の煮付け 菜の花のたらこマヨ和え 牛肉とごぼう汁 黄桃缶 なすの揚げ浸し	ビビンバ丼 山芋の中華和え わかめスープ ぶどうフルーチェ ひじき煮	御飯 チキン南蛮 白菜と青じそ和え 清汁(もやし、てまり麩) キウイフルーツ 胡麻豆腐
おやつ	ガトーショコラ風	ピザまん	蒸しパン	焼きドーナツ	蕎麦饅頭	ショコラロール
カロリー	676 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	643 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	669 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	643 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	688 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	602 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



先日、ご利用者さんから「きのこの期限はいつまでですか?」とご質問頂きましたので、皆さんにもご紹介させていただきます。きのこは日持ちしないため、その日使わない場合は、冷凍保存がおすすめです。冷凍すると、加熱後の香りやうまみが増すと言われています。良かったらご参考になさってください♪

