

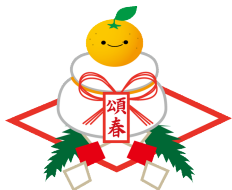
旬の食材:春菊は、骨をつくるビタミンKが豊富です。

1月

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日	1月15日
昼	ご飯 鱈の煮付け カリフラワーサラダ 味噌汁(厚揚げ、小松菜) キウイ いんげんごま和え	カツとじ丼 春雨バンバンジーサラダ 味噌汁(もやし、茄子) りんご 漬物	ご飯 魚の梅焼き ひじきと枝豆の白和え かきたま汁 パイン缶 ジャガ芋とベーコンソテー	わかめ御飯 カレーうどん もやしナムル 杏仁豆腐 里芋のごまよごし	ご飯 チキンステーキ いんげんの酢味噌和え 茶蕎麦汁 白桃缶 かぼちゃのサラダ	ご飯 白身魚のパン粉焼き フロッコリーのイタリアンサラダ 味噌汁(南瓜、ほうれん草) オレンジ もやしソテー
おやつ	ぶどうゼリー	餅ぜんざい	蒸しパン	ショコラロール	おはぎ	紫芋ようかん
カロリー	586 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	674 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	626 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	665 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	606 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	564 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>
	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日
昼	チャーハン エビフライ ワンタンスープ いちごの練乳かけ 焼きビーフン	ハヤシライス キャベツと海藻青じそ和え 福神漬 ピーチゼリー あさりのバターソテー	ご飯 豚肉のねぎ塩焼き 春菊とホタテ和え 中華スープ みかん 湯豆腐	ご飯 鶏肉のトマトソースかけ ごぼうサラダ 中華スープ パイン缶 揚げ茄子のゆず風味	鶏飯 鯖の塩焼き キャベツの辛子和え 清汁(つみれ) 黄桃缶 だし巻きたまご	梅ご飯 チャンポン 小松菜のお浸し メロンゼリー 白菜の浅漬け風
おやつ	どらやき	ストロベリーケーキ	クリームワッフル	ココアの実	今川焼き	あんまん
カロリー	599 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	648 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	636 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	685 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	569 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>	602 <sup>キ</sup> 〇 <sup>加</sup>

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、みなさんから「おいしかった」というお言葉を頂き、ありがたい幸いです。  
 来年も、安全で美味しい食事の提供に向け、随時検討を重ねていきたいと思っております。  
 みなさん、良いお年をお迎え下さい！

