

大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日
昼	ご飯 カレイのバジルパン粉焼き	ご飯 茄子と豚肉の味噌炒め	ご飯 鶏肉のタルタルポテト焼き	鶏飯の錦糸かけ 焼き豆腐と野菜盛り	ご飯 豚肉の梅生姜焼き	ご飯 たらりの青のりピカタ
	レタスサラダ	ブロッコリーの中華サラダ	春雨の青じそ和え	春菊の和え物	キャベツのしらす和え	アーモンド入りパンブキンサラダ
	コンソメスープ	清汁 (小松菜、はんぺん)	中華スープ	清汁 (もやし、ちくわ)	きくらげ卵スープ	清汁 (白菜、おつゆふ)
	オレンジ	ピーチゼリー	りんご	パイン缶	杏仁豆腐	キウイ
	ミートボール	冬瓜のかにあんかけ	ごま豆腐	肉シュウマイ	糸こんにゃくのピリ辛炒り	鶏肉の野菜巻き
おやつ	カステラ饅頭	エクレア	ココアワッフル	練りきり	味噌饅頭	黒糖蒸しパン
カロリー	631 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	702 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	599 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	548 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	675 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	612 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加
	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日
昼	ご飯 チキンカツの和風おろし	ご飯 鮭のめんたいマヨ焼き	さつま芋とひじきの炊き込みご飯 あじの塩焼き	ご飯 照焼チキン	ご飯 鯖の醤油焼き	豆ご飯 お月見そば
	スパサラダ	いんげんの酢味噌和え	わさび和え	ねばねばサラダ	春雨の酢の物	菜の花のささみ和え
	味噌汁 (南瓜、キャベツ)	清汁 (しめじ、冬瓜)	清汁 (大根、はんぺん)	味噌汁 (ほうれん草、ごぼう)	清汁 (はんぺん、春菊)	ピーチゼリー
	りんご	オレンジ	白桃缶	バナナ	キウイ	香の物
	ピーマンとソーセージソテー	だし巻き卵	切干大根の炒め物	きんぴらごぼう	オニオンソテー	
おやつ	カラフルプチケーキ	紫芋ようかん	マンゴーロールケーキ	抹茶蒸しパン	カステラ	ココアの実
カロリー	649 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	649 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	594 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	634 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	704 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加	598 <sup>キ</sup> <sub>〇</sub> 加

献立は変更になることがございます。ご了承ください。

みなさん、大分県が運営する健康アプリの「おおいた歩得(あるとっく)」を御存じですか？  
 日常のウォーキングなどによって健康ポイントが付与され、ポイントが貯まると大分県内の協賛店舗にて特典が受けられます！

