

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
	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日	12月16日	12月17日
昼	きのこ野菜カレー 盛合せサラダ 漬けもの 柚子ゼリー 玉子豆腐	ご飯 魚の煮付け ひじき入り大豆サラダ かしわ汁 キウイ あんかけ五目玉子	たまごそばろご飯 野菜たっぷり味噌ラーメン ゆずの青ジソサラダ メロンフルーツ 揚げ茄子の柚子風味	ご飯 豚肉の蜂蜜生姜焼き 白和え 味噌汁(なす、もやし) りんご ひじき煮	ご飯 鱈の蒲焼 キャベツサラダ 清汁(大根葉) 黄桃缶 レバーの甘辛煮	ゆかりご飯 肉そば もやしのごま酢和え バナババア 漬け物盛合せ
おやつ	ティラミス	今川焼きこしあん	バームクーヘン	抹茶ワッフル	そば饅頭	豆乳ドーナツ
カロリー	698 <sup>キロカロリー</sup>	586 <sup>キロカロリー</sup>	673 <sup>キロカロリー</sup>	681 <sup>キロカロリー</sup>	566 <sup>キロカロリー</sup>	666 <sup>キロカロリー</sup>
	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
昼	ご飯 金目鯛の煮付け さつま芋サラダ 茶蕎麦汁 洋梨缶 里芋のごまよごし	山かけ豚丼 柚子なます 味噌汁(かぶ、青梗菜) ライチゼリー ブロッコリーのあんかけ	ご飯 デミグラスオムレツ ひじきサラダ 味噌汁(豆腐、えのき) キウイ 鯖のトマト煮	ご飯 トンテキ風 中華サラダ たまごスープ 白桃缶 きんぴられんこん	ご飯 鱈の煮付け 牛肉の昆布和え 根菜類たっぷり味噌汁 バナナ 切干大根の煮物	チキンライス 星のハンバーグ サーモンサラダ ポタージュスープ ヨーグルトバナババア いんげんのごま和え
おやつ	炭酸饅頭	ストロベリーケーキ	抹茶どら焼き	あんまん	練りきり	クリスマスケーキ
カロリー	624 <sup>キロカロリー</sup>	691 <sup>キロカロリー</sup>	729 <sup>キロカロリー</sup>	689 <sup>キロカロリー</sup>	550 <sup>キロカロリー</sup>	783 <sup>キロカロリー</sup>

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。

いよいよ、今年も残り1ヶ月となりました。みなさんはどんな1年だったでしょうか？



今月の行事食は、クリスマス御膳です☆

