

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22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日	1月27日
昼	梅御飯(小盛) 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	御飯 あじフライ 白和え 清汁(はんぺん・菜の花) いちご 大根のそぼろ煮	五目散らし寿司 白菜とちくわおかか和え あさりの赤だし 蛋白強化ムース(バナナ) ミートボールの柚子おろし	御飯 豚肉の梅生姜焼き カリフラワーの中華和え 味噌汁(もやし・白菜) みかん 南瓜のあんかけ	御飯 白身魚の青のりピカタ コールスローサラダ 野菜とウインナースープ 洋梨缶 土佐煮	御飯 鶏天 胡瓜とおろし和え かきたま汁 フルーツヨーグルト きんぴられんこん
おやつ	抹茶パンケーキ	おやつ(カステラ饅頭)	おやつ(キャラメルケーキ)	おやつ(練りきり)	おやつ(プチケーキ)	おやつ(カスタードどら焼き)
カロリー	556 ^キ 〇 ^架	649 ^キ 〇 ^架	610 ^キ 〇 ^架	615 ^キ 〇 ^架	590 ^キ 〇 ^架	657 ^キ 〇 ^架
	1月29日	1月30日	1月31日	2月1日	2月2日	2月3日
昼	胚芽ロール クリームシチュー 春雨青サラダ いちごゼリー 蒸し餃子	御飯 ほっけの幽庵焼き 大根の梅昆布和え 味噌汁(かぶ・もやし) りんご 里芋のそぼろ煮	【温】そぼろ御飯(1/2量) 野菜たっぷり味噌ラーメン 海草サラダ マスカットゼリー いんげんごま和え	御飯 あじの塩焼き ほうれん草の柚子浸し 清汁 パイン缶 焼きビーフン	御飯 〇キャベツメンチカツ ねばねば和え 清汁(玉ねぎ・白菜) 黄桃缶 切干し大根の煮物	海苔巻き(1/8カット2個ずつ) たまご巻き(1/8カット1個ずつ) 盛り合わせ 赤だし みかん缶/金煮豆 糸こんにゃくのピリ辛炒り
おやつ	おやつ(チョコ饅頭)	おやつ(バニラババロア)	おやつ(クリームワッフル)	おやつ(練りきり 桜)	おやつ(ずんだどら焼き)	おやつ(吹雪饅頭)
カロリー	569 ^キ 〇 ^架	519 ^キ 〇 ^架	649 ^キ 〇 ^架	565 ^キ 〇 ^架	665 ^キ 〇 ^架	645 ^キ 〇 ^架

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



明けましておめでとうございます。
あっという間にお正月が過ぎた方も多いのではないのでしょうか
今年も、楽しく豊寿苑に通って頂けると嬉しいです☆

