

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8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日
昼	七草粥 煮物盛合わせ 豚汁 梅干し りんご がんもの卸し煮	カツとし丼(小盛) 春雨バンバンジーサラダ 味噌汁(もやし・茄子) ぶどうフルーチェ 漬物	御飯 チキンステーキ いんげんの酢味噌和え 茶そば汁 白桃缶 かぼちゃのサラダ	御飯 ほっけの大豆味噌焼き ごぼうサラダ かきたま汁 パイン缶 じゃが芋とベーコンソテー	ワカメ御飯(1/2量) カレーうどん 〇ほうれん草ナムル 杏仁豆腐 里芋のごまよごし	御飯 白身魚のパン粉焼 ブ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	おやつ(ドームケーキチョコ)	おやつ(おはぎ)	おやつ(いちご蒸しパン)	おやつ(餅ぜんざい)	おやつ(抹茶ケーキ)	おやつ(さつまいもようかん)
カロリー	564 ^キ _〇 架	620 ^キ _〇 架	647 ^キ _〇 架	703 ^キ _〇 架	704 ^キ _〇 架	575 ^キ _〇 架
	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日
昼	【温】チャーハン エビフライ ワンタンスープ 黄桃缶 焼きビーフン	御飯 豚肉のねぎ塩焼き 春菊とホタテ和え 味噌汁(玉ねぎ・里芋) バナナ 湯豆腐	ハヤシライス キャベツと海草青じそ風和 いちごの練乳かけ あさりのバターソテー	御飯 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 揚げなすの柚子風味	鶏飯 鱈の塩焼き ブロッコリーの和風和え 清汁(はんぺん・青梗菜) ピーチゼリー だし巻きたまご	御飯 オムレツのきのこのソース 春雨の中華和え 清汁(大根・白菜) キウイフルーツ ぜんまいナムル
おやつ	レアチーズケーキ	おやつ(ココアワッフル)	おやつ(あんまん)	おやつ(かえでの実)	おやつ(マンゴーロール)	おやつ(黒糖饅頭)
カロリー	707 ^キ _〇 架	669 ^キ _〇 架	665 ^キ _〇 架	683 ^キ _〇 架	534 ^キ _〇 架	593 ^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☆

