

旬の食材:春菊は、骨をつくるビタミンKが豊富です。



大分豊寿苑 デイケア献立表

	月	火	水	木	金	土
	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日
昼	御飯 さばの醤油煮 コールスローサラダ 菜の花入かきたま汁 ピーチゼリー もやしとウィンナー炒め	御飯 豚肉とキムチ炒め 海藻サラダ 清汁(春菊・蓮根) バナナ 糸こんにゃくのピリ辛炒り	ゆかり菜飯(1/2量) ★豆乳味噌うどん もやしと海老のナムル 抹茶ババロア 香の物 おやつ(ココアワッフル)	御飯 白身魚のピカタ ひじきサラダ 味噌汁(じゃが芋・大根) 黄桃缶 焼きビーフン	キーマカレー風 らっきょう 盛り合わせサラダ パインゼリー 小松菜のお浸し おやつ(バームクーヘン)	御飯 豚肉のマスタード焼き ピーナッツ豆腐 清汁(はんぺん・にんじん) さくらんぼゼリー きんぴらごぼう
おやつ	災害食	おやつ(蕎麦上用饅頭)	ココアワッフル	ショコラケーキアイス	バームクーヘン	おやつ(プレーン蒸しパン)
カロリー	669 ^キ _〇 加	604 ^キ _〇 加	651 ^キ _〇 加	661 ^キ _〇 加	705 ^キ _〇 加	699 ^キ _〇 加
	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日
昼	梅御飯(1/2量) チャンポン カリフラワーのゆず醤油和え いちごババロア シューマイ	御飯 チキン味噌カツ イカと胡瓜の和えもの 清汁(大根・しろな) ヨーグルトかけ 災)金平ごぼう	御飯 ほきのムニエルタルタルかけ ゆず和え 味噌汁(玉葱・ほうれん草) キウイ 揚げ茄子のそばろ煮	桜散し寿司(並量) 野菜のかき揚げ みそ汁(厚揚げ・玉ねぎ) バナナ 鶏肉の野菜巻き	御飯 お好み焼き風オムレツ ナムル 中華スープ 洋梨缶 土佐煮	御飯 鯖の豆板醤焼き 菜の花酢味噌和え 清汁(大根・ワカメ) いちご だし巻き卵
おやつ	アソートのおやつ	おやつ(カステラ饅頭)	ドームケーキカスタード	たんぱくムースイチゴ	おやつ(抹茶ワッフル)	おやつ(黒糖饅頭)
カロリー	681 ^キ _〇 加	628 ^キ _〇 加	659 ^キ _〇 加	619 ^キ _〇 加	716 ^キ _〇 加	578 ^キ _〇 加

献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。

3月の行事食の「ひな祭り御膳」は、いかがだったでしょうか?
今月のおよつの特典メニューは、「ショコラケーキアイス」です★
また、18日のおよつは、色々な種類のおよつの中から好きなものを選んでいただく方法を試す予定です♪

