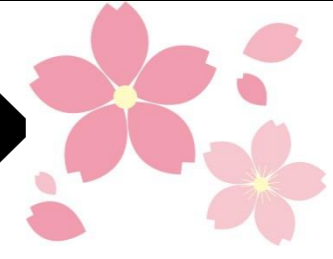


◆ 希望苑 デイサービス 4月献立表 ◆



月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	赤飯 白身魚の黒酢あん 五目煮豆 味噌汁 (大根・きやべつ) 漬物 みかん (缶)	ご飯 豚肉のしょうがじょうゆソース かぶと厚揚げの煮物 味噌汁 (小松菜・人参・豆腐) 漬物 パイ (缶)	ワンタン麺 ほうれん草のナムル 杏仁豆腐	牛玉井 ほうれん草としらすのお浸し 味噌汁 (大根・油揚げ) 黄桃 (缶)	ミックスサンド ブロッコリーのサラダ ミネストローネスープ バナナ レモンティー
	ロールケーキ	フルーツゼリー	ドームケーキ (カスタード)	ミルクプリン	黒糖まんじゅう
	I補* - 567kcal 蛋白質 24g 脂質 9.7g 食塩 3.3g	I補* - 546kcal 蛋白質 24.2g 脂質 18g 食塩 2.4g	I補* - 154kcal 蛋白質 4.5g 脂質 5.5g 食塩 0.7g	I補* - 550kcal 蛋白質 21.9g 脂質 20.2g 食塩 3g	I補* - 564kcal 蛋白質 22.3g 脂質 16g 食塩 2.9g
7	8	9	10	11	12
ご飯 サバの甘醤油煮 蒸しなすのからしみそ 味噌汁 (なめこ・大根) 漬物 パイ (缶) 吹雪まんじゅう	ご飯 煮込みハンバーグ かぼちゃとひじきの煮物 味噌汁 (ほうれん草) 漬物 みかん (缶)	◆春の重箱弁当◆	ご飯 豚のロール巻き わさび和え 味噌汁 (小松菜・人参・豆腐) 漬物 洋ナシ (缶)	カレーラーメン 焼き餃子 杏仁豆腐	ご飯 ささみカツ マカロニサラダ 味噌汁 (豆腐) 漬物 フルーツカクテル
I補* - 552kcal 蛋白質 22.6g 脂質 13.3g 食塩 2.9g	I補* - 575kcal 蛋白質 21.2g 脂質 13.6g 食塩 3.9g	I補* - 623kcal 蛋白質 25.3g 脂質 21.8g 食塩 3.3g	I補* - 548kcal 蛋白質 21.9g 脂質 19.1g 食塩 2.4g	I補* - 202kcal 蛋白質 6.2g 脂質 10.1g 食塩 0.7g	I補* - 614kcal 蛋白質 30.8g 脂質 17.4g 食塩 2.2g
14	15	16	17	18	19
ご飯 豚肉と大根の煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁 (豆腐・わかめ) 漬物 パイ (缶) シフォンケーキ	炊き込みご飯 ムキカレイの照り焼き 里芋の揚げだし 味噌汁 (かぶ) 黄桃 (缶)	かき玉そば さつまいもの甘煮 バナナ	ご飯 さけの青のりフリッター がんもの含め煮 味噌汁 (板ふ・長ネギ) 漬物 パイ (缶)	ご飯 ミートローフ 和風コールスローサラダ 漬物 味噌汁 (白菜・油揚げ) フルーツカクテル	ご飯 さわらのゴマ醤油焼き 大根のかき玉煮 味噌汁 (板ふ・長ネギ) みかん (缶)
I補* - 518kcal 蛋白質 20.1g 脂質 14.3g 食塩 2.7g	I補* - 534kcal 蛋白質 25.1g 脂質 7.3g 食塩 3.6g	I補* - 209kcal 蛋白質 2.5g 脂質 1.9g 食塩 0g	I補* - 588kcal 蛋白質 23.3g 脂質 22.2g 食塩 2.2g	I補* - 565kcal 蛋白質 21.6g 脂質 17.6g 食塩 3g	I補* - 476kcal 蛋白質 24.1g 脂質 10.4g 食塩 3.1g
21	22	23	24	25	26
◆選択食◆ A) カレーうどん B) 肉チャーハン 味噌汁 (ほうれん草) 煮物 (がんも) バナナ	オムライス コールスローサラダ カブのコンソメスープ パイ (缶)	ご飯 豆腐の中華煮 シュウマイ 大根のスープ 漬物 黄桃 (缶)	ご飯 豚肉とチンゲンサイのうま煮 ブロッコリーごま和え 味噌汁 (わかめ・ネギ) 漬物 洋ナシ (缶)	ご飯 サワラの照り焼き なすのみそ炒め 沢煮碗 漬物 みかん (缶)	ご飯 プルコギ風焼き肉 長いもの梅肉和え 卵とネギのスープ 漬物 フルーツカクテル
I補* - 163kcal 蛋白質 5.3g 脂質 3.8g 食塩 0.9g	I補* - 497kcal 蛋白質 13.8g 脂質 17.9g 食塩 3g	I補* - 606kcal 蛋白質 24.8g 脂質 18.4g 食塩 5g	I補* - 572kcal 蛋白質 22g 脂質 15.8g 食塩 3.3g	I補* - 560kcal 蛋白質 24.3g 脂質 18g 食塩 3g	I補* - 548kcal 蛋白質 21.6g 脂質 16.2g 食塩 2.1g
28	29	30			
ご飯 赤魚のおろし煮 酢の物 (マロニー) 味噌汁 (小松菜・豆腐) 漬物 みかん (缶) 黒糖ふかし	◆大分県：ご当地メニュー◆ ご飯 ニラ豚 あいませ 味噌汁 (ネギ・油揚げ) 漬物・黄桃 (缶)	ご飯 あじフライ もずく三杯酢 味噌汁 (ニラ・卵) 漬物 洋ナシ (缶) 小麦まんじゅう			
I補* - 579kcal 蛋白質 24.2g 脂質 11.9g 食塩 3.4g	I補* - 566kcal 蛋白質 20.6g 脂質 17.4g 食塩 2.2g	I補* - 511kcal 蛋白質 18.6g 脂質 10.2g 食塩 2g			

*仕入れ等の都合により、献立を変更する場合があります。