

4月 デイサービス献立表

寝屋川十字の園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付				1日	2日	3日
昼食				赤飯 鮭の塩焼き 里芋の柚子みそかけ 味噌汁(なす) 果物	ごはん 牛肉と大根の旨煮 ほうれん草くるみあえ 味噌汁(豆腐) 果物	ごはん 鱈の南蛮漬け きゃべつの煮浸し 沢煮椀 果物
カロリー				500 kcal	422 kcal	617 kcal
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	筍ご飯 カレイの二色天ぷら わけぎの酢味噌和え 吸物(花ふ) 果物	散らし寿司 菜の花辛子和え 赤だし(豆腐) 水ようかん	豆ご飯 鮭の塩こうじ焼 炊き合わせ(筍) 桜そば汁 果物	ごはん 豚の生姜焼き スパゲティサラダ 味噌汁(キャベツ・しめじ) 果物	ごはん 焼肉 拌三絲 わかめスープ 果物	ごはん 八宝菜 えびシュウマイ 中華風コーンスープ 果物
カロリー	578 kcal	433 kcal	515 kcal	525 kcal	421 kcal	491 kcal
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	ごはん 鶏のピカタ さつま芋サラダ コンソメスープ 果物	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの中華あえ 春雨スープ 果物	ごはん 鶏の唐揚げ キャベツの和え物 味噌汁(じゃがいも・たまねぎ) 果物	ごはん カレイの野菜のせ チキンサラダ ミルクスープ 果物	赤飯 肉じゃが チンゲン菜の胡麻和え 素麺汁 果物	チャーハン 焼き餃子 たまごスープ 果物
カロリー	567 kcal	469 kcal	535 kcal	461 kcal	432 kcal	465 kcal
日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	カレーライス 大豆サラダ 杏仁豆腐	ごはん サバの揚げあんかけ 里芋の煮っころがし むらくも汁 果物	ごはん 赤魚の野菜あんかけ きゃべつの煮浸し 豚汁 果物	ごはん ハンバーグ マカロニサラダ 人参スープ 果物	ごはん 鮭の塩こうじ焼 切干大根の酢の物 呉汁 果物	ごはん 野菜炒め ごぼうサラダ 味噌汁(かぼちゃ) 果物
カロリー	655 kcal	522 kcal	436 kcal	641 kcal	521 kcal	471 kcal
日付	26日	27日	28日	29日	30日	
昼食	ごはん 豚の塩麴炒め 菜の花辛子和え 味噌汁(さつまいも) 果物	牛丼 かぼちゃのいところ煮 味噌汁(素麺) 果物	麦ご飯 あじの塩焼き 切干大根 とろろ汁 果物	ごはん 鶏の照焼 白菜のかつお和え 吸物(はんぺん) 果物	ごはん さけのパン粉焼き さつま芋サラダ 野菜スープ 果物	
カロリー	446 kcal	471 kcal	442 kcal	395 kcal	675 kcal	