

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
昼食					赤飯 肉じゃが ほうれん草お浸し 味噌汁(とうふ・なめこ) キウイ	ごはん 鯖の味噌煮 ○ 五目豆 のっぺい汁 デザートムース
カロリー					417 kcal	534 kcal
日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	筍ご飯 鯖の照り焼き わけぎの酢味噌和え 素麺汁 オレンジ・いちご	わかめごはん カレイの二色天ぷら 炊き合わせ(筍) 吸物(花ふ) フルーツ寒天	散らし寿司 菜の花お浸し 赤だし(豆腐) オレンジ・いちご	チャーハン(焼き豚) 焼き餃子 中華風コーンスープ デザートムース	ごはん 焼肉 大根サラダ わかめスープ 黄桃缶	ごはん さけのオーブン焼き マカロニサラダ ミルクスープ 洋梨缶
カロリー	477 kcal	561 kcal	383 kcal	526 kcal	403 kcal	699 kcal
日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	ごはん 白身魚のカレームニエル チキンサラダ 野菜スープ 甘夏缶	ごはん 野菜炒め 拌三絲 味噌汁(たまご) 白桃缶	豆ご飯 鶏の唐揚げ ポテトサラダ 味噌汁 みかん缶	ごはん ほっけの塩焼き 里芋の柚子みそかけ 豚汁 バナナ	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ 杏仁豆腐	ごはん 鶏のみぞれ煮 ほうれん草くるみあえ むらくも汁 フルーツカクテル
カロリー	381 kcal	513 kcal	614 kcal	517 kcal	485 kcal	475 kcal
日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	ごはん 赤魚の野菜あんかけ ほうれん草のごま和え ○ 沢煮椀 パインアップル	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ たまごスープ デザートムース	ごはん ハンバーグ いんげんとツナのサラダ グリーンピースのスープ 洋梨缶	麦ご飯 あじの塩焼き 白和え とろろ汁 甘夏缶	ごはん カレイの野菜のせ 大豆サラダ コンソメスープ キウイ	親子丼 ○ 菜の花お浸し 味噌汁(さつまいも) パイン缶
カロリー	381 kcal	513 kcal	614 kcal	517 kcal	485 kcal	475 kcal
日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	ごはん カレイの揚げ浸し 春菊くるみ和え かき卵汁	ごはん 八宝菜 えびシュウマイ 春雨スープ	ごはん さけのクリームソースかけ キャベツのカレーソテー たまごスープ	えびピラフ かぼちゃサラダ 人参スープ	ごはん ほっけの塩焼き おから 粕汁	ごはん チキン南蛮 大根サラダ 味噌汁(キャベツ・しめじ)
カロリー	519 kcal	433 kcal	507 kcal	515 kcal	494 kcal	758 kcal