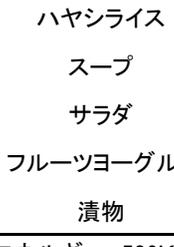
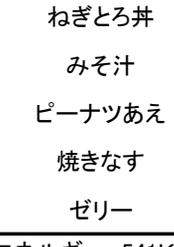
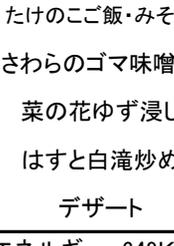
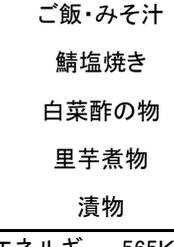


≪ デイサービス 献立表 4月 ≫

		4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)	
昼食		赤飯・みそ汁 鶏の梅香焼き 青菜錦糸あえ 田楽 漬物	ご飯・みそ汁 魚タルタル焼 大根と帆立和え じゃが芋そぼろあん 漬物	そば・つゆ かき揚げ おくらおかかあえ 豚肉オイスター炒め 煮豆	ご飯・みそ汁 魚おろし煮 いんげんとツナのサラダ かぼちゃ煮物 漬物	ご飯・みそ汁 肉団子甘辛煮 もやしのナムル 冬瓜あんかけ 漬物	桜ちらし・すまし汁 菜の花トビッコ和え たけのこ煮物 お菓子	
		エネルギー 605Kcal たんぱく質 24.7g 脂質 14.7g 塩分 4.1g	エネルギー 550Kcal たんぱく質 28.4g 脂質 13.2g 塩分 3.4g	エネルギー 685Kcal たんぱく質 23.7g 脂質 23.0g 塩分 2.9g	エネルギー 612Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 17.6g 塩分 3.4g	エネルギー 554Kcal たんぱく質 17.1g 脂質 16.4g 塩分 3.7g	エネルギー 520Kcal たんぱく質 19.6g 脂質 10.0g 塩分 3.1g	
		4月7日(日)	4月8日(月)	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)
昼食		ハヤシライス スープ サラダ フルーツヨーグルト 漬物	ご飯・みそ汁 魚の塩焼き カニときゅうりの酢の物 大根と竹輪の煮物 漬物	チャーハン スープ 春巻き なます フルーツ	釜揚げシラス・桜えび丼 味噌汁 ピーナツ和え 里芋そぼろ煮 漬物	ご飯・スープ 八宝菜 春雨サラダ 杏仁豆腐	ご飯・すまし汁 油淋鶏 からし和え ごぼうの煮物 漬物	梅しらすご飯・みそ汁 赤魚粕漬け焼 めたあえ 大学芋 漬物
		エネルギー 586Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 18.1g 塩分 2.3g	エネルギー 462Kcal たんぱく質 22.9g 脂質 8.0g 塩分 3.5g	エネルギー 636Kcal たんぱく質 16.5g 脂質 18.8g 塩分 4.4g	エネルギー 435Kcal たんぱく質 22.5g 脂質 4.6g 塩分 3.7g	エネルギー 561Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 10.6g 塩分 2.6g	エネルギー 556Kcal たんぱく質 14.7g 脂質 13.8g 塩分 4.1g	エネルギー 534Kcal たんぱく質 22.6g 脂質 7.9g 塩分 2.2g
		4月14日(日)	4月15日(月)	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)
昼食		ねぎとろ丼 みそ汁 ピーナツあえ 焼きなす ゼリー	ご飯・みそ汁 鶏肉カレー風味焼き 春雨酢の物 ひじき煮物 漬物	ご飯・みそ汁 さば味噌煮 たけのこおかか和え おくらおろし酢和え 漬物	ご飯・豚汁 鮭ムニエル お浸し 里芋きのこ味噌 漬物	ご飯・みそ汁 ロールキャベツクリームソース 梅和え 刻み昆布煮 漬物	ミートソース スープ サラダ デザート	ご飯・みそ汁 煮魚 海藻サラダ 大根田楽 漬物
		エネルギー 541Kcal たんぱく質 21.8g 脂質 11.2g 塩分 3.2g	エネルギー 541Kcal たんぱく質 25.7g 脂質 14.1g 塩分 3.3g	エネルギー 553Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 18.0g 塩分 3.9g	エネルギー 668Kcal たんぱく質 30.3g 脂質 22.9g 塩分 3.0g	エネルギー 500Kcal たんぱく質 15.1g 脂質 7.5g 塩分 4.0g	エネルギー 600Kcal たんぱく質 24.9g 脂質 14.7g 塩分 3.7g	エネルギー 568Kcal たんぱく質 24.3g 脂質 11.9g 塩分 3.5g
		4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)
昼食		たけのこご飯・みそ汁 さわらのゴマ味噌焼 菜の花ゆず浸し はすと白滝炒め デザート	ご飯・スープ ホワイトシチュー サラダ フルーツ 漬物	ご飯・みそ汁 鶏肉ねぎみそ焼 揚げ出し豆腐 ゴボウサラダ 漬物	オムライス スープ 大根サラダ フルーツヨーグルト	ご飯・みそ汁 みそかつ オクラ和え 冬瓜煮物 漬物	ご飯・みそ汁 エビ焼売 なす浸し れんこんごまマヨ和え 漬物	シーフードカレー スープ ミモザサラダ ゼリー 漬物
		エネルギー 649Kcal たんぱく質 29.2g 脂質 12.6g 塩分 4.0g	エネルギー 501Kcal たんぱく質 17.6g 脂質 9.10g 塩分 3.2g	エネルギー 641Kcal たんぱく質 26.6g 脂質 24.3g 塩分 3.4g	エネルギー 593Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 17.9g 塩分 3.5g	エネルギー 641Kcal たんぱく質 24.5g 脂質 20.2g 塩分 3.2g	エネルギー 533Kcal たんぱく質 16.0g 脂質 12.6g 塩分 3.6g	エネルギー 570Kcal たんぱく質 23.3g 脂質 12.7g 塩分 4.0g
		4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)				
昼食		ご飯・みそ汁 鯖塩焼き 白菜酢の物 里芋煮物 漬物	ご飯・みそ汁 フライ盛り合わせ カリフラワー酢の物 炒り豆腐 煮豆	ご飯・みそ汁 麻婆豆腐 もやし中華和え 鍋しぎ 漬物				
		エネルギー 565Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 18.2g 塩分 2.9g	エネルギー 610Kcal たんぱく質 24.5g 脂質 11.0g 塩分 3.8g	エネルギー 598Kcal たんぱく質 24.0g 脂質 18.4g 塩分 3.1g				
成分								