

東部 デイサービス 給食予定献立表



12月1日



12月20日



	12月1日(日)	12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)	12月7日(土)	12月8日(日)	12月9日(月)	12月10日(火)	
昼	主菜	鶏胡麻照り煮	揚げ魚おろし煮	大豆と豚肉の味噌煮	木の葉丼	揚げ魚のあんかけ	天津飯	豚甘酢炒め煮	鶏の竜田揚げ	キーマカレー	白身魚 マヨネーズ焼き
	副菜	ミモザサラダ	煎り豆腐	和え物	蒸し肉シューマイ	五目酢の物	筑前煮	豆腐サラダ	パンサンスー	春雨サラダ	白和え
	小鉢	杏仁豆腐	白菜ゆかり和え	卵豆腐	ヨーグルト和え	ほうれん草ワサビ和え	二色サラダ	フルーチェ	ひじきの炒り煮	カルピスゼリー	マカロニグラタン
	汁物	味噌汁	味噌汁	清まし汁	コンソメスープ	味噌汁	中華スープ	味噌汁	けんちん汁		大根おろしの中華スープ
	漬物	刻み高菜漬け	ピーマン漬け	刻みしば漬け	ピーマン漬け	昆布佃煮	紅生姜	刻みしば漬け	刻み高菜漬け	福神漬け	昆布佃煮
おやつ	普通	鯛饅頭	ミニエクレア	柚子まんじゅう	ミルク饅頭	やわらかおかし	きんつば	豆乳ブラマンジェ	しっとり饅頭	マロンクリームワッフル	やわらかおかしきな粉
	ペースト	黒ゴマプリン	夏みかんゼリー	パナラムース	ヨーグルト	チョコムース	豆乳プリン	豆乳ブラマンジェ	プリン	イチゴムース	きな粉プリン
摂取カロリー 塩分	538Kal、塩分 3.1g	632Kal、塩分 3.1g	533Kal、塩分 3.3g	586Kal、塩分 4.3g	581Kal、塩分 4.0g	602Kal、塩分 3.4g	579Kal、塩分 3.9g	519Kal、塩分 3.4g	691Kal、塩分 2.9g	582Kal、塩分 3.4g	



	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)	12月14日(土)	12月15日(日)	12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)	
昼	主菜	豆腐ハンバーグ	赤魚の煮魚	鶏のマスタード焼き	中華丼	揚げ魚香味ソース	手作リトンカツ	ビーフカレーライス	鶏肉甘辛ソース	揚げ魚のチリソース	スペイン風オムレツ
	副菜	ポイルサラダ	五目酢の物	ミモザサラダ	豆腐サラダ	菜種和え	ひじきの柚子胡椒和え	大豆ポイルサラダ	冬野菜ツナマヨ和え	五目和え	大根サラダ
	小鉢	さつま芋レモン煮	杏仁豆腐	ヨーグルト和え	苺ブラマンジェ	ハムと大豆炒め煮	マカロニと卵の中華煮	ヨーグルト和え	抹茶ゼリー 小豆のせ	リンゴバターソテー	白菜三つ葉胡麻和え
	汁物	味噌汁	小うどん	かす汁	清まし汁	中華スープ	清まし汁		味噌汁	かき卵汁	コンソメスープ
	漬物	刻みしば漬け	しその実漬け	昆布佃煮	紅生姜	しその実漬け	ピーマン漬け	福神漬け	しその実漬け	ピーマン漬け	しその実漬け
おやつ	普通	レモンムース	田舎饅頭	クリームコンフェ	黒糖まんじゅう	抹茶プリン	ショコラブッセ	よもぎ饅頭	スイートポテト	パインゼリー	コーヒーゼリー
	ペースト	牛乳プリン	豆乳ブラマンジェ	マンゴープリン	豆乳ブラマンジェ	ココアパノア	ヨーグルト	黒ゴマプリン	マンゴープリン	水ようかん	コーヒーゼリー
摂取カロリー 塩分	606Kal、塩分 3.5g	521Kal、塩分 2.8g	622Kal、塩分 3.0g	551Kal、塩分 3.3g	540Kal、塩分 3.4g	614Kal、塩分 2.9g	594Kal、塩分 3.2g	607Kal、塩分 3.8g	639Kal、塩分 2.6g	608Kal、塩分 3.6g	



* 献立は変更になる場合があります。ご了承ください。



福祉 おやつサイクル表

	1	2	3	4	5
常おやつ	オムレットバナナ	クリームコンフェ	おはぎきなこ	野菜と果物のゼリー	ミニエクレア
ペーおやつ	きなこプリン	青梅ゼリー	夏みかんゼリー	〃	ヨーグルト
アレルギー代替	アップルゼリー	〃	〃	〃	みかんゼリー
飲み物	コーヒー	ミルク紅茶	緑茶	コーヒー牛乳	紅茶
アレルギー代替		緑茶		番茶	
常 E	128	122	62	115	106
P	2	2.2	1.4	1.5	1.3
ペ E	108	67	43	115	84
P	1.6	0.1	0.2	1.5	2.6
	8	9	10	11	12
常おやつ	スイートポテト(アップル)	ヘアクリームワッフル	シュークリーム(チーズ)	オムレットプレーン	きなこプリン
ペーおやつ	プリン	野菜と果物のゼリー	ヨーグルト	豆乳プリン	〃
アレルギー代替	アップルゼリー	〃	みかんゼリー	青梅ゼリー	みかんゼリー
飲み物	ミルク紅茶	紅茶	コーヒー	レモン紅茶	緑茶
アレルギー代替	緑茶				
常 E	119	87	130	141	74
P	0.9	1.2	2.9	1.8	1.2
ペ E	82	51	107	102	74
P	0.8	0.1	3	3.9	1.2
	15	16	17	18	19
常おやつ	ミニおはぎ	ヘアシュークリーム	ぶどうゼリー	フルーツクレープ	バナナスティックケーキ
ペーおやつ	豆乳プリン	野菜と果物のゼリー	〃	黒ごまプリン	ヨーグルトサワー
アレルギー代替	みかんゼリー	〃	〃	アップルゼリー	みかんゼリー
飲み物	緑茶	紅茶	フルーツ牛乳	ミルク紅茶	コーヒー
アレルギー代替			緑茶	番茶	
常 E	95	148	130	130	119
P	1.9	1.4	2.4	2	1.2
ペ E	54	51	130	102	88
P	0.8	0.1	2.4	0.7	0.7
	22	23	24	25	26
常おやつ	プチチーズケーキ	夏みかんゼリー	蒸しケーキ(黒糖)	スイートポテト(カスタード)	ガトーショコラ
ペーおやつ	ぶどうゼリー	〃	野菜と果物のゼリー	ヨーグルト	豆乳プリン
アレルギー代替	〃	〃	〃	青梅ゼリー	みかんゼリー
飲み物	紅茶	カフェオレ	緑茶	番茶	コーヒー
アレルギー代替		番茶			
常 E	113	127	66	93	143
P	2.5	3.8	1.5	1.3	1.7
ペ E	49	127	39	73	88
P	0	3.8	0.1	2.6	1.2

2010.9.1

	6		7
豆乳プリン		しっとりまんじゅう(吹雪)	
〃		青梅ゼリー	
		〃	
フルーツ牛乳		緑茶	
緑茶			
	146		75
	3.2		1.3
	146		38
	3.2		0
	13		14
蒸しケーキ(抹茶)		青梅ゼリー	
黒ごまプリン		〃	
アップルゼリー		〃	
番茶		フルーツ牛乳	
		緑茶	
	66		130
	1.5		2.4
	74		130
	0.6		2.4
	20		21
ラフランスゼリー		おはぎ(黒ごま)	
〃		ヨーグルト	
〃		夏みかんゼリー	
カフェオレ		番茶	
番茶			
	117		101
	3.6		1.9
	117		73
	3.6		2.6
	27	28	29
水ようかん		アップルパイ	さつまいもと栗のタルト
〃		ヨーグルトサワー	プリン
アップルゼリー		青梅ゼリー	みかんゼリー
緑茶		レモン紅茶	紅茶
	78	100	134
	1.3	1.4	1.3
	78	68	100
	1.3	0.4	3.8