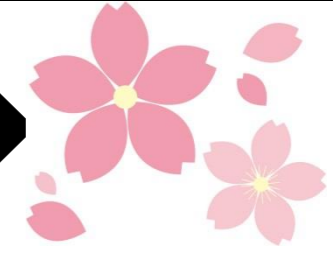




## ◆ 希望苑 デイサービス 4月献立表 ◆



月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
赤飯 自家製ポテトコロケ 小松菜と人参のめた 味噌汁 (なめこ・大根) 黄桃 (缶)	ご飯 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(3枚) 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
ホットケーキサンド	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* - 624kcal 蛋白質 19.4g 脂質 19.4g 食塩 2.5g	I補* - 557kcal 蛋白質 23.4g 脂質 9.4g 食塩 3.1g	I補* - 545kcal 蛋白質 24.3g 脂質 18g 食塩 2.4g	I補* - 610kcal 蛋白質 24.9g 脂質 12.3g 食塩 5.5g	I補* - 573kcal 蛋白質 24.1g 脂質 21.8g 食塩 3.1g	I補* - 564kcal 蛋白質 22.3g 脂質 16g 食塩 2.9g
8	9	10	11	12	13
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)	筍ごはん てんぷら 里芋饅頭 厚焼き玉子 吸物 (わかめ、三つ葉) いちご	わかめごはん 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)	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)	味噌ラーメン 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
クレープ	ババロリア	吹雪まんじゅう	クリームサンド	水ようかん (栗)	シベリア
I補* - 544kcal 蛋白質 22.4g 脂質 16.5g 食塩 3.2g	I補* - 616kcal 蛋白質 27.4g 脂質 19.4g 食塩 4.1g	I補* - 495kcal 蛋白質 24.1g 脂質 9.5g 食塩 3.2g	I補* - 551kcal 蛋白質 22.2g 脂質 19.2g 食塩 2.6g	I補* - 673kcal 蛋白質 28g 脂質 16.1g 食塩 6.8g	I補* - 616kcal 蛋白質 31.1g 脂質 17.5g 食塩 2.4g
15	16	17	18	19	20
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)	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)	ご飯 ミートローフ 和風コールスローサラダ 味噌汁 (白菜・油揚げ) フルーツカクテル	助六寿司 茶碗蒸し ほうれん草のお浸し 吸物 (手毬ふ・ミツバ) ババロリア	木の葉井 キャベツの和え物 味噌汁 (豆腐・わかめ) 煮豆 フルーツカクテル	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 黄桃 (缶)
シフォンケーキ	黒糖ふかし	カルピスゼリー	水ようかん	カステラ	わらびもち風
I補* - 517kcal 蛋白質 20.2g 脂質 14.3g 食塩 2.7g	I補* - 514kcal 蛋白質 25.2g 脂質 7.5g 食塩 3.9g	I補* - 544kcal 蛋白質 21.5g 脂質 16.4g 食塩 2.9g	I補* - 692kcal 蛋白質 26.9g 脂質 18.4g 食塩 5.4g	I補* - 585kcal 蛋白質 23.4g 脂質 9.6g 食塩 3.3g	I補* - 571kcal 蛋白質 24g 脂質 23g 食塩 2.1g
22	23	24	25	26	27
けんちんうどん ふくさたまご バナナ	 <b>春の重箱弁当</b> 	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 豆腐の中華煮 シュウマイ 大根のスープ 漬物 マンゴー (缶)	ご飯 ブルコギ風焼き肉 長いもの梅肉和え 卵とネギのスープ 漬物 パイ (缶)	ご飯 サワラの照り焼き なすのみそ炒め 沢煮碗 漬物 洋ナシ (缶)
よもぎまんじゅう	クレープ	ロールケーキ	ドームケーキ (こしあん)	ホットケーキサンド	コーヒーゼリー
I補* - 532kcal 蛋白質 20.3g 脂質 12.9g 食塩 3.6g	I補* - 549kcal 蛋白質 24.2g 脂質 13.7g 食塩 2.5g	I補* - 555kcal 蛋白質 21.4g 脂質 15.6g 食塩 3.3g	I補* - 622kcal 蛋白質 25.6g 脂質 18.6g 食塩 5g	I補* - 595kcal 蛋白質 21.2g 脂質 20.2g 食塩 2.3g	I補* - 514kcal 蛋白質 24.6g 脂質 13.9g 食塩 2.5g
29	30				
<b>セレクトメニュー</b>	ご飯 ニラ豚 あいませ 味噌汁 (ネギ・油揚げ) 漬物 やせうま				
A) 焼うどん・味噌汁 B) カレーうどん バナナ 煮物 (がんも)	水ようかん				
黒糖ふかし					
I補* - 222kcal 蛋白質 6.5g 脂質 5.5g 食塩 0.8g	I補* - 604kcal 蛋白質 22.9g 脂質 18.8g 食塩 2.3g				

\*仕入れ等の都合により、献立を変更する場合があります。