

◆ 希望苑 デイサービス 5月献立表 ◆

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		赤飯 あじフライ もずく三杯酢 味噌汁 (ニラ・卵) 漬物 洋ナシ (缶)	ご飯 鶏の唐揚げ 春雨サラダ 味噌汁 (豆腐・わかめ) 漬物 フルーツカクテル	ご飯 白身魚の山路焼き 里芋のにっころがし 味噌汁 (わかめ・玉葱) 漬物 パイ (缶)	肉チャーハン 焼き餃子 ワカメと豆腐のスープ 杏仁豆腐
		小麦まんじゅう	黒糖かん	プリン	クリームサンド
		I補給* - 520kcal 蛋白質 19.4g 脂質 10.5g 食塩 2.6g	I補給* - 631kcal 蛋白質 25.4g 脂質 22.5g 食塩 3.2g	I補給* - 524kcal 蛋白質 23.3g 脂質 9.8g 食塩 2.8g	I補給* - 579kcal 蛋白質 20.5g 脂質 20.6g 食塩 3.3g
6	7	8	9	10	11
ご飯 豚のロール巻き わさび和え 味噌汁 (かぶ) 漬物 パイ (缶)	ご飯 ホッケ塩焼き 肉じゃが 味噌汁 (大根・油揚げ) 漬物 マンゴー (缶)	カレーライス コールスローサラダ 味噌汁 (白菜・卵) 漬物 (福神漬) フルーツカクテル	ご飯 白身魚のチリソース炒め 小松菜の煮浸し かき玉汁 漬物 洋ナシ (缶)	ご飯 ハンバーグ 大根サラダ 味噌汁 (わかめ・油揚げ) コーヒーゼリー	ご飯 サバの甘醤油煮 蒸しなすのからしみそ 味噌汁 (ジャガイモ・玉葱) 漬物 みかん (缶)
ドームケーキ (カスタード)	黒糖まんじゅう	カステラ	黒糖かん	ロールケーキ	ヨーグルトゼリー
I補給* - 550kcal 蛋白質 22.9g 脂質 16.2g 食塩 3g	I補給* - 531kcal 蛋白質 26.8g 脂質 9.6g 食塩 2.7g	I補給* - 639kcal 蛋白質 18.2g 脂質 19.1g 食塩 4.2g	I補給* - 469kcal 蛋白質 22.7g 脂質 10.5g 食塩 3.6g	I補給* - 644kcal 蛋白質 18.8g 脂質 25.6g 食塩 3g	I補給* - 608kcal 蛋白質 22.8g 脂質 22.3g 食塩 3.5g
13	14	15	16	17	18
ご飯 さわらの利休焼き ひじきと大豆の炒り煮 味噌汁 (なめこ・玉葱) 漬物 フルーツカクテル	ご飯 鶏のみそだれ焼き 大根とミツバの和風マヨ和え 吸物 (豆腐・わかめ) 漬物 みかん (缶)	ご飯 和風麻婆豆腐 錦糸焼売 ひじきのかき玉汁 漬物 パイ (缶)	鶏南蛮そば ふくさたまご うぐいす豆 バナナ	ご飯 白身魚のタルタルソース焼き 大根のきんぴら 味噌汁 (なす・玉葱) 漬物 洋ナシ (缶)	ご飯 回鍋肉 中華和え コーンと豆腐のスープ 漬物 黄桃 (缶)
クレープ	シベリア	フルーツゼリー	吹雪まんじゅう	カルピスゼリー	ロールケーキ
I補給* - 562kcal 蛋白質 26.3g 脂質 18.8g 食塩 2.9g	I補給* - 584kcal 蛋白質 22.3g 脂質 18.7g 食塩 2.5g	I補給* - 602kcal 蛋白質 24.6g 脂質 20g 食塩 4.1g	I補給* - 602kcal 蛋白質 24.7g 脂質 11.3g 食塩 2.8g	I補給* - 482kcal 蛋白質 22.3g 脂質 8.4g 食塩 2.9g	I補給* - 552kcal 蛋白質 21.1g 脂質 16.4g 食塩 3.2g
20	21	22	23	24	25
ご飯 豚しょうが焼き マカロニサラダ 味噌汁 (かぶ) 漬物 黄桃 (缶)	ご飯 白身魚のあんかけ 里芋のにっころがし 味噌汁 (わかめ・玉葱) 漬物 パイ (缶)	おかめうどん きゅうりの酢の物 金時豆 バナナ	ご飯 さわらの木の芽味噌焼き 高野豆腐含め煮 味噌汁 (ジャガイモ・玉葱) 漬物 みかん (缶)	重箱弁当	ミックスサンド ブロッコリーのサラダ ミネストローネスープ レモンティー フルーツヨーグルト
ホットケーキサンド	ババロリア	黒糖まんじゅう	水ようかん	シフォンケーキ	コーヒーゼリー
I補給* - 573kcal 蛋白質 21g 脂質 21.1g 食塩 2.6g	I補給* - 529kcal 蛋白質 24.9g 脂質 11.6g 食塩 3g	I補給* - 539kcal 蛋白質 20.1g 脂質 3.7g 食塩 6.9g	I補給* - 520kcal 蛋白質 24.4g 脂質 11.9g 食塩 3.2g	I補給* - 561kcal 蛋白質 22.9g 脂質 12.8g 食塩 6.2g	I補給* - 594kcal 蛋白質 23.8g 脂質 21.3g 食塩 3g
27	28	29	30	31	
ご飯 サバの味噌煮 白和え 吸物 (わかめ、三つ葉) 漬物 洋ナシ (缶)	セレクトメニュー A) ビビンバ丼 B) 中華丼 中華和え ワカメと豆腐のスープ 黄桃 (缶)	ご飯 鮭のけんちん蒸し アスパラガスのお浸し 味噌汁 (大根・長ネギ) 漬物 バナナ	親子丼 むきエビと小松菜の煮浸し 味噌汁 (白菜・油揚げ) ソフトきゅうり漬け パイ (缶)	鶏白湯ラーメン 蒸し餃子 杏仁豆腐	
クリームサンド	黒糖ふかし	バームクーヘン	小麦まんじゅう	水ようかん	
I補給* - 622kcal 蛋白質 21.6g 脂質 28.3g 食塩 3.8g	I補給* - 190kcal 蛋白質 4.4g 脂質 3.5g 食塩 2.1g	I補給* - 535kcal 蛋白質 25.1g 脂質 16g 食塩 2.5g	I補給* - 541kcal 蛋白質 23.2g 脂質 14.3g 食塩 3g	I補給* - 604kcal 蛋白質 27.1g 脂質 26.5g 食塩 7.3g	

*仕入れ等の都合により、献立を変更する場合があります。