

デイサービス献立表

※メニューは、変更となる場合があります。

2026年1月5日(月)～1月30日(金)

	月	火	水	木	金
					
昼食	5 748kcal ごはん バターチキンカレー チーズメンチカツ フキとぜんまいの煮物 味噌汁 杏仁豆腐	6 669kcal ごはん アジ竜田揚げ 大根のそぼろあんかけ アスパラの和風サラダ 味噌汁 白玉ぜんざい	7 747kcal とんこつラーメン 焼き餃子 七草がゆ 黄桃	8 633kcal ごはん 鰯の照り焼き 冬瓜のそぼろあんかけ ほうれん草と白菜の胡麻和え サラダ風ポテト卵の花 味噌汁	9 633kcal ごはん 鶏治部煮 小松菜のソテー キャベツイタリアンサラダ 味噌汁 フルーツミックス
おやつ	厚切りチョコバウム	ロールケーキ	ヨーグルトケーキ	カステラ	牛乳ケーキ
昼食	12 655kcal わかめごはん 鶏肉の唐揚げ のり塩ポテト カブの和え物 味噌汁 フルーツゼリー	13 485kcal カレーうどん カニ玉あんかけ 豆腐サラダ みかん	14 772kcal ごはん 豚ニラ 冬瓜と卵の中華煮 白菜とハムのサラダ 中華スープ ライチゼリー	15 815kcal 生姜ごはん ムツ南部焼き カブそぼろ煮 きゅうりとピーマンの塩昆布和え すまし汁 オレンジ&パイン	16 696kcal ごはん 白菜と豚肉のスープ煮 もやしチャンプルー ほうれん草のピーナツ和え 原宿ドック 味噌汁
おやつ	甘食	黒糖ケーキ	ケーキドーナツ	ガトーショコラ	黒糖饅頭
昼食	19 472kcal ごはん ホキねぎ味噌焼き ほうれん草の豆乳煮 ブロッコリーのサラダ すまし汁 フルーツ盛り合わせ	20 543kcal ごはん エビ玉 白菜のコンソメ煮 チキン南蛮 大根のマスタードサラダ 中華スープ	21 650kcal 三色丼 茄子の味噌炒め かぼちゃグラタン 味噌汁 フルーツミックス	22 570kcal ごはん 鰯の酒蒸し 春菊ときのごま塩炒め マセドアンサラダ かき玉汁 フルーツポンチ	23 703kcal ボークカレー とり天 いんげんのサラダ コンソメスープ ヨーグルト
おやつ	ミルクプリン	シュウクリーム	しっとり蒸しケーキ(苺)	和のパンケーキ(きなこ&黒蜜)	人形焼き(栗あん)
昼食	26 662kcal ごはん 煮込みハンバーグ もやしの胡麻和え さつまいもとりんごの甘煮 コンソメスープ フルーツ白玉	27 666kcal ごはん 鶏の香草パン粉焼き じゃがいもの洋風煮 ブロッコリーとササミのネギ塩和え マカロニサラダ 味噌汁	28 671kcal スパゲティナポリタン イカリングフライ かぼちゃのクリーム煮 コンソメスープ マンゴー	29 710kcal ゆかりごはん 鶏の照り焼き ごぼうのしぐれ煮 パンプキンサラダ 茶碗蒸し 味噌汁	30 717kcal ごはん 鰯の西京味噌焼き 里芋の煮物 揚げ出し豆腐 すまし汁 パイン
おやつ	エクレア	ミニ羊羹ロール	ロールケーキ	ドームケーキ(こしあん)	フレッシュミルク