

# 4月 予定献立表

## てまい総合ケアセンター

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日			1日 457kcal	2日 553kcal	3日 552kcal	4日 505kcal	5日 534kcal
昼食			豆御飯 / お吸物 赤魚の野菜あんかけ 切干大根の煮物 フルーツ盛り合わせ	御飯 / コーンポタージュ ハンバーグ カリフラワーとカニカマのサラダ フルーツ缶(キウイ)	御飯 / みそ汁 あじの南蛮漬け じゃが芋の炒め煮 フルーツ缶(みかん)	御飯 / みそ汁 牛肉のカレー炒め かぶとえびの含め煮 香の物(桜だいこん)	御飯 / みそ汁 マトウダイのバター醤油焼き ほうれん草の錦糸和え フルーツ(オレンジ)
おやつ			おまんじゅう	白い風船	きなこパンケーキ	野菜ゼリー	蒸しパンケーキ
日	6日 559kcal	7日 740kcal	8日 543kcal	9日 569kcal	10日 643kcal	11日 480kcal	12日 690kcal
昼食	御飯 / みそ汁 鶏肉のタルタルソース焼き ツナとブロッコリーの和え物 フルーツ(パイ)	ハヤシライス ポテトサラダ ヨーグルトデザート ピクルス	たけのご御飯 / とろろ茶そば さわらの木の芽焼き 卵豆腐のくずあんかけ フルーツ(オレンジ)	御飯 / お吸物 さばの煮付け 菜の花の酢みそかけ フルーツ(バナナ)	御飯 / 中華スープ 八宝菜 焼売 杏仁フルーツ	御飯 / みそ汁 しいらの和風ムニエル 畑菜のお浸し フルーツ(パイ)	帆立ピラフ / コンソメスープ 洋風卵焼き コールスローサラダ ゼリー
おやつ	ババロア	プリン	梨ゼリー	どらやき	ゼリー	チョコ菓子	★すまいるデザート★
日	495kcal	1日 562kcal	2日 604kcal	3日 530kcal	4日 536kcal	5日 544kcal	6日 483kcal
昼食	御飯 / みそ汁 黄金かれのいのおろし煮 なすの炒め物 白菜と青菜のお浸し	御飯 / お吸物 チキンカツ 冬瓜の煮物 フルーツ缶(みかん)	御飯 / みそ汁 豚肉のゆず醤油炒め ミモザサラダ フルーツ缶(キウイ)	春のたまご丼 ほうれん草のピーナッツ和え フルーツ(オレンジ) お吸物(しめじ・大根葉)	御飯 / みそ汁 さばの生姜煮 キャベツのゆかり和え フルーツ缶(パイ)	御飯 / みそ汁 豆腐ハンバーグ 菜の花の辛子和え フルーツ缶(白桃)	御飯 / みそ汁 ほっけの塩麹焼き ひじきの煮物 フルーツ缶(ミックス)
おやつ	おまんじゅう	スイスロール	白い風船	ココアムース	クレープ	おまんじゅう	やわらかおかき
日	20日 491kcal	21日 489kcal	22日 471kcal	23日 619kcal	24日 705kcal	25日 515kcal	26日 578kcal
昼食	きつねそば かに焼売 ブロッコリーの胡麻ドレ和え ゼリー	御飯 / お吸物 鶏肉の梅肉焼き きんぴらごぼう 菜の花のくるみ和え	御飯 / みそ汁 かれのい焼き浸し なすの炒め物 フルーツ(オレンジ)	御飯 / 中華スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ(パイ)	御飯 / みそ汁 豚肉ときのこの炒め物 キャベツサラダ フルーツ缶(キウイ)	御飯 / お吸物 さばの味噌煮 小松菜の磯和え フルーツ缶(ミックス)	御飯 / みそ汁 かにかま入り卵焼き 鶏肉と大根のオイスター煮 フルーツ(バナナ)
おやつ	梨ゼリー	シュークリーム	野菜ゼリー	おせんべい	クレープ	バームクーヘン	抹茶プリン
日	27日 527kcal	28日 633kcal	29日 516kcal	30日 692kcal			
昼食	御飯 / みそ汁 あじの生姜煮 れんこん金平 香の物(桜だいこん)	御飯 / みそ汁 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ缶(キウイ)	御飯 / みそ汁 白身魚の菜種焼き 若竹煮 フルーツ(オレンジ)	ポークカレー コールスローサラダ フルーチェ(いちご) 香の物(福神漬)			
おやつ	ロールケーキ	ココアムース	やわらかおかき	淡雪ゼリー			

※やむを得ず献立が変更になる事もありますがおご了承下さい。 エネルギー量は昼食とおやつの合計です。