

岩砂デイサービスセンター

メニュー表

月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> 1 2 3 4 5 </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> 7 8 9 10 11 12 </div>					
<p>7 すずしろ粥 鯖の味噌煮 高野豆腐の含め煮 清し汁</p> <p>451kcal/塩分3.5g おやつ:ドーナツ</p>	<p>8 サワラの梅干煮 お魚麩の煮物 人参サラダ スープ ご飯</p> <p>477kcal/塩分4.3g おやつ:あんぱん</p>	<p>9 豚肉のマヨ炒め ちくわとさつま芋の田舎煮 大根の梅肉和え 味噌汁 ご飯</p> <p>568kcal/塩分2.3g おやつ:肉まん</p>	<p>10 ハンバーグ 巣ごもり玉子 小松菜の胡麻和え 味噌汁 ご飯</p> <p>509kcal/塩分3.3g おやつ:ミニシルベアヌ</p>	<p>11 あんとじ豆腐 れんこんの炒り煮 人参ともやしのナムル 味噌汁 ご飯</p> <p>503kcal/塩分2.5g おやつ:ロールケーキ</p>	<p>5 かに玉風焼き シュウマイ 青梗菜の中華和え スープ ご飯</p> <p>430kcal/塩分2.5g おやつ:ホームパイ</p>
<p>14 かけそば 天ぷら 菜の花の和え物 おにぎり</p> <p>616kcal/塩分5.1g おやつ:プチブッセ</p>	<p>15 豚野菜炒め 里芋の煮っ転がし 蓮根の金平 味噌汁 ご飯</p> <p>492kcal/塩分3.2g おやつ:ムーンライトソフトケーキ</p>	<p>16 揚げ出し豆腐のあんとじ ベーコンと蓮根の炒り煮 漬物 清し汁 ご飯</p> <p>512kcal/塩分2.9g おやつ:ミニバームロール</p>	<p>17 他人丼 五目豆 ほうれん草の和え物 清し汁 ご飯</p> <p>459kcal/塩分2.8g おやつ:マリービスケット</p>	<p>18 鯖の南蛮漬け ごぼうのそぼろ煮 小松菜のお浸し 味噌汁 ご飯</p> <p>527kcal/塩分3.0g おやつ:バームクーヘン</p>	<p>19 マスのポテト焼き 花さつまと大根の炊き合わせ えのきとしめじの和え物 味噌汁 ご飯</p> <p>434kcal/塩分3.2g おやつ:あんぱん</p>
<p>21 カレー炒め 高野豆腐の含め煮 いんげんのおかか和え そうめん汁 ご飯</p> <p>577kcal/塩分2.1g おやつ:ロールケーキ</p>	<p>22 肉味噌豆腐 大根の切干煮 きゅうりの酢の物 清し汁 ご飯</p> <p>511kcal/塩分3.4g おやつ:ドーナツ</p>	<p>23 カレーライス ミニハンバーグ サラダ 福神漬け</p> <p>631kcal/塩分4.4g おやつ:今川焼き</p>	<p>24 エビ団子の炊き合わせ ふきのおかか煮 菜の花の和え物 スープ ご飯</p> <p>348kcal/塩分3.0g おやつ:ガトーショコラ</p>	<p>25 豚肉の味噌付け焼き ニラ饅頭 白菜漬け 清し汁 ご飯</p> <p>494kcal/塩分2.6g おやつ:ミニシルベアヌ</p>	<p>26 チキンピカタ じゃが芋の煮物 ひじきサラダ 味噌汁 ご飯</p> <p>605kcal/塩分2.9g おやつ:肉まん</p>
<p>28 揚げ魚の酢豚風 小松菜とさつま揚げの旨煮 トマトときゅうりのサラダ 味噌汁 ご飯</p> <p>487kcal/塩分4.0g おやつ:カントリーマアム</p>	<p>29 春雨炒め 里芋のそぼろ煮 きゅうりと卵のサラダ 味噌汁 ご飯</p> <p>543kcal/塩分2.3g おやつ:カスタードケーキ</p>	<p>30 ポークステーキ風 大根の甘味噌がけ 小松菜の和え物 味噌汁 ご飯</p> <p>504kcal/塩分3.4g おやつ:シフォンケーキ</p>	<p>31 カレーうどん もやし炒め オクラの和え物 おにぎり</p> <p>641kcal/塩分5.9g おやつ:シフォンケーキ</p>	<p>今年もよろしく お願ひします</p>	

※ 食材の仕入れ状況により、メニューが一部変更になる場合がありますので、ご了承ください。