

# デイケア週間献立表

※食材の入荷の都合により変更させていただく場合もございます。

	昼食	昼食栄養量	おやつ	おやつ栄養量	総栄養量
4/3 (月)	ご飯 揚げだし豆腐の 野菜あんかけ ひじきの煮物 蒸し鶏の和え物 ほうれん草の味噌汁	エネルギー 567 kcal たんぱく質 19.5 g 塩分相当量 2.9 g	煎茶 ババロア	エネルギー 102 kcal たんぱく質 3.4 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 669 kcal たんぱく質 22.9 g 塩分相当量 3 g
4/4 (火)	☆新メニュー☆ 五目雑炊 いんげんのソテー カクテルフルーツ キャベツの味噌汁	エネルギー 433 kcal たんぱく質 12.8 g 塩分相当量 1.7 g	煎茶 プリン	エネルギー 88 kcal たんぱく質 1.3 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 521 kcal たんぱく質 14.1 g 塩分相当量 1.8 g
4/5 (水)	麦ご飯 酢豚 切り干し大根の煮物 オクラのお浸し 中華スープ	エネルギー 571 kcal たんぱく質 24.4 g 塩分相当量 2.9 g	煎茶 プチシュー	エネルギー 96 kcal たんぱく質 2.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 667 kcal たんぱく質 26.5 g 塩分相当量 3 g
4/6 (木)	ご飯 赤魚の生姜煮 ブロッコリーソテー とろろ芋 大根の味噌汁	エネルギー 523 kcal たんぱく質 26.4 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 ロールケーキ	エネルギー 89 kcal たんぱく質 1.6 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 612 kcal たんぱく質 28 g 塩分相当量 3.4 g
4/7 (金)	☆カレーランチ☆ ドライカレー コンソメスープ かにかまサラダ 白菜の炒め物	エネルギー 566 kcal たんぱく質 16.8 g 塩分相当量 3.2 g	紅茶 エクレア	エネルギー 109 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 675 kcal たんぱく質 18.2 g 塩分相当量 3.3 g
4/8 (土)	ご飯 マスの幽庵焼き さつま揚げの煮物 ほうれん草の ごま和え えのきの味噌汁	エネルギー 527 kcal たんぱく質 28.5 g 塩分相当量 2.6 g	煎茶 ココアワッフル	エネルギー 99 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 626 kcal たんぱく質 30.7 g 塩分相当量 2.7 g

## 【ご案内】

4月4日(火) ☆新メニュー☆ 通常ご飯の方も、五目雑炊を提供させていただきます。

4月7日(金) ☆カレーランチ☆ 今回のカレーは当施設で初めてのとなるドライカレーを提供します！

## 【プチ情報】

お花見と言えば桜となったのは平安時代から。それまでは、お花見と言えば梅の花を愛でていたそうです。平安時代の短歌が、桜と梅を詠んだものが多いのはこういう理由で、「日本後紀」によると、嵯峨天皇が催した花宴の節という宴が桜のお花見の起源だとされています。