

令和6年 豊潤館 デイサービス

# 週間献立

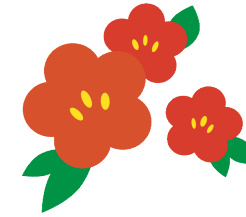
「甘酒」の栄養は栄養剤としての点滴とほぼ同じ内容であることから「飲む点滴」ともいわれています。風邪の予防として体を温める、おなかの健康をサポートする発酵食品として免疫力を高める。  
寒い冬を元気に乗り越えるために積極的に取り入れてみるのもよいでしょう。

	月 1月1日	火 1月2日	水 1月3日	木 1月4日	金 1月5日	土 1月6日
ふ つ う				御飯 鶏肉のクリーム煮 ミザザラガ ゼリー コッルスプ(玉葱・青菜) おやつ(雪見うさぎ饅頭)	御飯 あじの七味焼き 付)畑菜 豆腐の土佐煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(かぶ・かぶ菜) おやつ(人形焼き)	御飯 ビーフシュー キャバツのサラダ ヨーグルトデザート ピカス おやつ(焼ドーナツ)
や わ ら か				御飯 鶏肉のクリーム煮 ミザザラガ ゼリー コッルスプ(玉葱・ほうれん草) おやつ(きなこプリン)	御飯 あじの七味焼き 付)菜の花 豆腐の土佐煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(なす・か)ら おやつ(チョコババロア)	御飯 ビーフシュー キャバツのサラダ ヨーグルトデザート ピカス おやつ(黒糖ムース)
ミ キ サ ー				全粥 鶏肉のクリーム煮 ミザザラガ ゼリー コッルスプ おやつ(きなこプリン)	全粥 あじのみりん焼き 付)畑菜・人参 豆腐の土佐煮 フルーツ(マンゴー) みそ汁 おやつ(チョコババロア)	全粥 ビーフシュー キャバツのサラダ ヨーグルトデザート ピカス おやつ(黒糖ムース)

©illustrai.com

令和6年 豊潤館 デイサービス

## 週間献立



	月 1月8日	火 1月9日	水 1月10日	木 1月11日	金 1月12日	土 1月13日
ふ つ う		御飯 たらこと里芋の卵焼き 付)いんげん ひじきの煮物 フルーツ(パイナップル) みそ汁(玉葱・大根菜) おやつ(蒸しパン・苺)	御飯 ほっけのねぎ塩焼き 付)青菜 じゃが芋のそぼろ炒め煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(大根・うずまき麩) おやつ(酒まんじゅう)	炒飯 えびと厚揚げの塩炒め 杏仁フルーツ 白湯スープ(チンゲン菜・春雨) おやつ(のり塩おかし)	御飯 鶏肉の玉葱ソース 付)スナップエンドウ れんこんの甘辛炒め フルーツ缶(黄桃) みそ汁(キャベツ・カマ) おやつ(ドーナツ・あん)	御飯 赤魚の香味焼き 付)さつま芋 白菜の煮浸し フルーツ(キウイ) みそ汁(もやし・しめじ) おやつ(チーズケーキ)
や わ ら か		御飯 たらこと里芋の卵焼き 付)いんげん 大豆と人参の白和え 香の物(しば漬け) みそ汁(玉葱・ほうれん草) おやつ(小豆ムース)	御飯 太刀魚のねぎ塩焼き 付)青菜 じゃが芋のそぼろ炒め煮 昆布佃煮 みそ汁(大根・おつゆ麩) おやつ(いちごババロア)	炒飯 えびと厚揚げの塩炒め 杏仁フルーツ 白湯スープ(白菜・人参) おやつ(抹茶プリン)	御飯 鶏肉の玉葱ソース 付)そら豆 じゃが芋の甘辛炒め 香の物(しば漬け) みそ汁(キャベツ・あおさ) おやつ(黒糖ムース)	御飯 マリタイムの香味焼き 付)さつま芋・りんご 白菜の煮浸し 香の物(つぼ漬け) みそ汁(なす・大豆) おやつ(きなこブラマンジェ)
ミ キ サ ー		全粥 たらこと里芋の卵焼き 付)いんげん ひじきの煮物 フルーツ(パイナップル) みそ汁 おやつ(小豆ムース)	全粥 かれいのねぎ塩焼き 付)青菜 じゃが芋のそぼろ炒め煮 フルーツ(マンゴー) みそ汁 おやつ(いちごババロア)	全粥 えびと厚揚げの塩炒め 肉焼売 杏仁フルーツ 白湯スープ おやつ(抹茶プリン)	全粥 鶏肉の玉葱ソース 付)枝豆 じゃが芋の甘辛炒め フルーツ(黄桃) みそ汁 おやつ(黒糖ムース)	全粥 赤魚の香味焼き 付)さつま芋 白菜の煮浸し フルーツ(キウイ) みそ汁 おやつ(きなこブラマンジェ)

# 週間献立



	月	火	水	木	金	土
	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日
ふ つ う	味噌ラーメン 餃子 フルーツ(バナナ) フナギン菜の中華和え おやつ (ホワイトブッセ)	御飯 鮭の塩こうじ焼き 付)大葉・大根おろし ほうれん草のピ-ナッツ和え 香の物(赤しその実漬け) 豚汁 おやつ (もみじ饅頭)	御飯 豚肉のゆず醤油炒め 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(白菜・うずまき麩) おやつ (きなこプリン)	御飯 ワニ二種盛り 付)キャバツ・トマト ジャーマンポテト フルーツ(キウイ) コンミス-フ°(ほうれん草・人参) おやつ (カステラ)	ほたてと生姜の炊込ご飯 ほっけの漬け焼き 付)枵ろ 春菊とえのきのお浸し フルーツ(パイン) みそ汁(卵・ワカメ) 季節のフルーツ (いちご)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん なすの煮物 フルーツ缶(ミックス) みそ汁(しろな・おつゆ麩) おやつ (抹茶どら焼き)
や わ ら か	味噌野菜うどん 湯葉ひろうすの含め煮 フルーツ(バナナ) きゅうりの中華和え おやつ (マスカットゼリー)	御飯 鮭の塩こうじ焼き 付)大葉・大根おろし ほうれん草のピ-ナッツ和え 香の物(しば漬け) 豚汁 おやつ (小豆ムース)	御飯 豚肉のゆず醤油炒め 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(白菜・豆腐) おやつ (きなこプリン)	御飯 コロッケ 付)キャバツ・トマト ジャーマンポテト フルーツ(キウイ) コンミス-フ° (なす・人参) おやつ (チョコババロア)	ほたてと生姜の混ぜご飯 黒豆の粕漬焼き 付)枵ろ・人参 菜の花のなめたけ和え パインゼリー みそ汁(卵・里芋) 季節のフルーツ (いちご)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん なすの煮物 香の物(つぼ漬け) みそ汁(うまい菜・おつゆ麩) おやつ (抹茶プリン)
ミ キ サ ー	全粥 肉野菜炒め 焼き餃子 フルーツ(バナナ) 中華ス-フ° おやつ (マスカットゼリー)	全粥 鮭の塩こうじ焼き 付)大根おろし ほうれん草のピ-ナッツ和え うめびしお みそ汁 おやつ (小豆ムース)	全粥 豚肉のゆず醤油炒め 冬瓜のくず煮 フルーツ(黄桃) みそ汁 おやつ (きなこプリン)	全粥 ミ-ロ-フ 付)キャバツのトマトリテー ジャーマンポテト フルーツ(キウイ) コンミス-フ° おやつ (チョコババロア)	全粥 白身魚の漬け焼き 付)枵ろ 春菊のお浸し フルーツ(パイン) みそ汁 季節のフルーツ (いちご)	全粥 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん・人参 なすの煮物 フルーツ(ぶどう) みそ汁 おやつ (抹茶プリン)



# 週間献立

	月	火	水	木	金	土
	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日	1月27日
ふ つ う	御飯 ﾌﾟﾙｯｷ ほうれん草のナムル フルーツ缶(りんご) 中華ｽｰﾌﾟ(春雨・水菜) おやつ(ぼたぼた焼)	御飯 太刀魚のねぎ醤油焼き 付)ﾋﾟｰﾏﾝ ひじきの煮物 フルーツ(バナナ) みそ汁(しろな・油揚げ) おやつ(ドーナツ)	ﾋﾞｰﾌｻｰ たまごとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾗｸﾞ ﾌﾙｰﾖｰｸﾞﾙﾄ 香の物(福神漬) おやつ(ﾄｰﾓｰﾄﾞｷｰﾓﾝ)	御飯 赤魚の揚げ浸し 付)ｽﾀｯﾌﾟｲﾝﾄﾞｰ・花麩 鶏肉と大根の炒め煮 フルーツ(パイナップル) みそ汁(小松菜・長葱) おやつ(淡雪ゼリー)	御飯 鶏肉の生姜焼き 付)青菜 なすの揚げ浸し フルーツ(バナナ) みそ汁(かぶ・貝割) おやつ(キャラメルケーキ)	御飯 ほっけの塩焼き 付)大根おろし・ｸﾗ ﾋﾟｰﾏﾝの炒め煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(畑菜・玉葱) おやつ(レモンケーキ)
や わ ら か	御飯 ﾌﾟﾙｯｷ ほうれん草のナムル かつお梅 中華ｽｰﾌﾟ(なす・絹さや) おやつ(きなこブラマンジェ)	御飯 太刀魚のねぎ醤油焼き 付)いんげん きんぴらごぼう 香の物(つぼ漬) みそ汁(うまい菜・大豆) おやつ(抹茶ババロア)	ﾋﾞｰﾌｻｰ たまごとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾗｸﾞ ﾖｰｸﾞﾙﾄ 香の物(さくら漬) おやつ(プリン)	御飯 かれいの揚げ浸し 付)そら豆・花麩 鶏肉と大根の炒め煮 香の物(きゅうり漬) みそ汁(白菜・卵) おやつ(淡雪ゼリー)	御飯 鶏肉の生姜焼き 付)青菜 なすの揚げ浸し フルーツ(バナナ) みそ汁(かぶ・長葱) おやつ(キャラメルケーキ)	御飯 太刀魚の塩焼き 付)大根おろし・ｸﾗ さつまいものおかか煮 香の物(しば漬) みそ汁(玉葱・卵) おやつ(きなこプリン)
ミ キ サ ー	全粥 ﾌﾟﾙｯｷ ほうれん草のナムル フルーツ(りんご) 中華ｽｰﾌﾟ おやつ(きなこブラマンジェ)	全粥 白身魚のねぎ醤油焼き 付)ﾋﾟｰﾏﾝ ひじきの煮物 フルーツ(バナナ) みそ汁 おやつ(抹茶ババロア)	全粥 牛肉のﾊﾞｼﾞｰｽ煮 たまごとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾗｸﾞ ﾌﾙｰﾖｰｸﾞﾙﾄ のり佃煮 おやつ(プリン)	全粥 赤魚の焼き浸し 付)しろな 鶏肉と大根の炒め煮 フルーツ(パイナップル) みそ汁 おやつ(淡雪ゼリー)	全粥 鶏肉の生姜焼き 付)青菜・人参 なすの揚げ浸し フルーツ(バナナ) みそ汁 おやつ(キャラメルケーキ)	全粥 たらの塩焼き 付)大根おろし ﾋﾟｰﾏﾝの炒め煮 フルーツ(黄桃) みそ汁 おやつ(きなこプリン)