

## 週間献立(デイサービス)

|    | 12月20日(月)  | 12月21日(火)  | 12月22日(水)   | 12月23日(木)  | 12月24日(金)  | 12月25日(土)   |
|----|--|--|---|--|--|---|
| 昼  | 梅しらすご飯<br>みそ汁(巻麩)<br>ぶり大根<br>さつま揚げの中華炒め<br>和風マヨサラダ  | 菜めしおにぎり<br>山かけそば<br>カリフラワーの明太ドレ<br>フルーツ杏仁<br> | ご飯<br>豚汁<br>鯖の照り焼き<br>付)お浸し<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>シーザーサラダ     | ●クリスマス会<br>サンドウィッチ3種<br>クラムチャウダー<br>鶏の唐揚げ<br>ポテサラツリー<br>サーモンカルパッチョ<br>茄子のミートソース<br>クリスマスゼリー<br> | ご飯<br>中華スープ<br>白身魚の甘酢あんかけ<br>大根の土佐煮<br>ほうれん草の錦糸のせ  | ハヤシライス<br>ポテトと枝豆のサラダ<br>キャベツの浅漬け<br>フルーツ(パイン缶)<br> |
| 間食 | きなこのパンケーキ<br>ほうじ茶  | ドーナツ<br>コーヒー<br>                              | こしあん饅頭<br>煎茶  | エクレア<br>紅茶<br>  | ●クリスマスケーキ<br>メロンソーダ<br> | 吹雪饅頭<br>煎茶  |
| 成分 | エネルギー 603 kcal<br>たんぱく質 23.9 g<br>脂質 20.2 g<br>塩分 2.9 g  | エネルギー 434 kcal<br>たんぱく質 13.3 g<br>脂質 5.8 g<br>塩分 2.2 g   | エネルギー 743 kcal<br>たんぱく質 23.7 g<br>脂質 25.5 g<br>塩分 2.9 g | エネルギー 954 kcal<br>たんぱく質 38.8 g<br>脂質 49.2 g<br>塩分 4.5 g  | エネルギー 619 kcal<br>たんぱく質 26.8 g<br>脂質 12.2 g<br>塩分 3.1 g  | エネルギー 719 kcal<br>たんぱく質 20.6 g<br>脂質 23.5 g<br>塩分 2.5 g   |

※仕入れの都合により献立・食材が変更になる場合がございますのでご了承ください。

