



11月分 デイサービス 予定献立

1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
赤飯 赤魚の西京漬け がんもの煮つけ 白菜の柚子和え プルーン紅茶煮 澄まし汁 469 22.6 7.6 2.6	ごはん チンジャオロース 野菜しゅうまい もやしのナムル 白桃缶 味噌汁 450 19.4 8.7 2.7	ちらし寿司 厚揚げのそぼろあん 春菊の辛し和え フルーツポンチ 澄まし汁 438 18.7 9.8 3.2	ごはん 鱈のカレー風味焼き 大根と竹輪の煮物 キャベツのゆかり和え パナナ 味噌汁 470 23.0 12.6 2.0
ようかん 78 3.9 0.2 0.0	にんじんゼリー 79 0.3 1.9 0.0	スイートポテト 119 1.3 4.1 0.0	コーヒークリームサンド 139 1.8 6.1 0.1

6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
さつま芋ごはん サバの味噌煮 さつま揚げと切り昆布の煮物 ブロccoliのわさび和え 黄桃缶 澄まし汁 586 24.9 14.7 4.0	ちゃんぽんうどん 蒸し春巻き 春菊の胡麻和え 杏仁豆腐 ゆかりご飯 581 22.5 14.5 4.8	ごはん 野菜コロッケ/ チーズメンチカツ 温奴 チンゲン菜の二色浸し オレンジ 味噌汁 509 15.8 6.2 2.8	ごはん タラのバジルソース焼き ラタトゥイユ カリフラワーのドレッシング和え マンゴー缶 味噌汁 456 19.8 12.1 1.8	キーマカレー 南瓜サラダ 香の物 ヨーグルト コンソメスープ 605 15.9 22.1 4.1	ごはん 鶏肉のおろしかけ 焼きビーフン キャベツの香味和え 白桃缶 味噌汁 484 17.2 8.1 3.5
あん巻き 120 1.8 0.9 0.1	カステラ 108 2.2 1.0 0.0	あんみつ 71 1.3 0.8 0.0	チョコロールケーキ 85 1.1 4.6 0.1	リンゴのコンポート 81 0.3 2.0 0.0	ワッフル 73 1.8 2.1 0.0

13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
親子丼 大根の柚子田楽 春菊の二色浸し フルーツポンチ 澄まし汁 491 22.3 8.4 2.9	ごはん 銀ヒラスの生姜醤油焼き がんもの煮つけ ほうれん草の辛し和え 黄桃缶 具沢山味噌汁 462 22.9 12.0 2.2	やきそば 鶏の唐揚げ 花野菜のサラダ バターライス みかんゼリー コンソメスープ 478 19.4 15.2 3.3	ごはん アジの山椒焼き さつま芋の甘辛煮 菜の花のお浸し パイン缶 味噌汁 471 25.6 7.2 2.4	ごはん 豚肉の塩麹炒め イカ団子の生姜あんかけ 白菜のゆかり和え 柿 味噌汁 425 19.8 11.1 3.0	ごはん 鮭チーズフライ 五目煮豆 いんげんのお浸し マンゴー缶 味噌汁 445 19.5 11.7 2.8
バームクーヘン 103 1.4 4.4 0.0	わらびもち 68 1.3 0.8 0.0	お好み焼き 72 2.0 3.8 1.4	ホットケーキサンド 97 1.5 4.9 0.3	桃のムース 54 1.2 1.1 0.2	パナナクリームサンド 134 1.9 5.3 0.1

20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
ごはん ブリの照焼き 筍の鳴門煮 オクラのおろし和え パナナ 味噌汁 488 22.3 13.5 2.8	ごはん タンドリーチキン 南瓜の洋風煮 ほうれん草のお浸し 白桃缶 味噌汁 517 27.1 11.5 2.8	ごはん アジの磯辺焼き 茄子の生姜煮 いんげんのかに風味和え パイン缶 味噌汁 475 21.7 13.4 2.2	メンチソースカツ丼 卵の花 小松菜の煮浸し フルーツポンチ 味噌汁 624 19.3 23.6 3.5	ごはん 豚肉の胡麻味噌炒め 大根の白煮 チンゲン菜のさっぱり和え パナナ 澄まし汁 411 18.2 6.7 2.4	きつねそば 里芋のそぼろあんかけ キャベツのしそ和え みかん わかめごはん 496 19.4 10.2 2.3
チョコプリン 115 2.8 5.1 0.1	ケーキドーナツ 209 1.8 11.8 0.3	コーヒーゼリー 51 0.2 1.2 0.0	ロールケーキ 112 1.8 4.5 0.2	黒糖ふかし 80 1.6 0.1 0.3	お汁粉 74 3.1 0.2 0.0

27(月)	28(火)	29(水)	30(木)
ごはん カツオフライ さつま煮 春菊のお浸し 柿 味噌汁 470 17.1 8.5 2.5	ポークカレー キャベツと卵のサラダ 香の物 フルーツヨーグルト コンソメスープ 563 19.2 16.0 3.9	ごはん 白身魚の揚げ煮 南瓜の胡麻たれかけ チンゲン菜の旨塩和え みかん缶 味噌汁 457 15.2 8.3 3.3	ごはん ハンバーグ 花野菜のミルク煮 もやしの和風和え フルーツカクテル缶 味噌汁 504 16.6 15.9 2.3
小豆ミルク寒 69 2.4 1.9 0.1	芋ようかん 76 0.5 0.1 0.0	抹茶ゼリー 76 1.3 2.0 0.0	紅茶ケーキ 69 1.6 2.0 0.0



11/16(木) 15時

スカイベリー
パン販売



※材料の仕入れの状況により、献立を変更することがありますので、予めご了承下さい