



10がつ ディナーサービス 献立表

		1(木)				2(金)				3(土)															
昼食	赤飯	赤魚の粕漬焼き がんもの炊き合わせ 白菜のおかか和え フルーツカクテル缶 味噌汁				ごはん 肉団子の南蛮ダレ 花野菜の和風煮 菜の花のお浸し 桃のゼリー 味噌汁				ごはん 海老ミックスフライ 竹輪と昆布の煮物 春菊のドレッシング和え オレンジ 味噌汁															
		436	18.4	3.8	3.2	474	16.6	7.1	2.4	483	15.0	12.8	2.9												
	おやつ	カステラ				ホットケーキサンド				豆乳プリン															
	88	1.8	0.8	0.0	71	1.0	3.6	0.2	60	1.9	1.0	0.0													
		5(月)				6(火)				7(水)				8(木)				9(金)				10(土)			
昼食	ごはん	タラの煮つけ 茄子のなべしぎ 菜の花の白和え マスカットゼリー すまし汁				ひき肉カレー ポテトサラダ 黄桃缶 香の物 コンソメスープ				焼きそば 豆腐しんじょうのあんかけ いんげんの中華和え みかん缶 かき卵スープ わかめごはん				ごはん				天津飯 水餃子 春菊のナムル 杏仁豆腐 中華スープ				ごはん			
		534	18.5	13.8	2.5	541	13.8	17.4	2.8	574	20.0	12.3	3.0	522	14.1	14.1	2.7	522	15.0	11.5	3.1	416	16.9	7.1	2.5
	おやつ	あん巻き				チョコババロア				シフォンケーキ				桃のムース				じゃがバター				コーヒーサンドモカ			
	86	1.3	0.6	0.1	83	1.9	3.7	0.0	79	1.9	2.2	0.1	45	1.1	1.1	0.2	58	0.9	4.3	0.2	111	1.5	4.9	0.1	
		12(月)				13(火)				14(水)				15(木)				16(金)				17(土)			
昼食	ごはん	グラタンフライ 枝豆しんじょう煮 オクラのわさび和え 黄桃缶 味噌汁				ごはん				ごはん				ハヤシライス スパゲティーサラダ 白桃缶 香の物 コンソメスープ				ごはん				ごはん			
		493	10.8	11.1	2.5	550	21.2	17.2	2.4	457	17.0	10.7	2.3	516	14.6	13.6	3.0	595	19.4	21.7	1.9	479	21.9	7.7	3.0
	おやつ	プリン				どら焼き				抹茶ゼリー				イチゴババロア				ロールちゃん				ホットケーキサンド			
	98	4.4	4.8	0.1	63	1.3	0.8	0.1	51	0.2	1.2	0.0	74	2.0	2.6	0.0	82	1.2	4.1	0.1	87	1.4	4.4	0.2	
		19(月)				20(火)				21(水)				22(木)				23(金)				24(土)			
昼食	味噌ラーメン	野菜しゅうまい マンゴープリン 青菜ごはん				ごはん				ごはん				ごはん				チキンカレー				ごはん			
		533	17.4	14.8	2.2	471	20.8	7.9	2.1	516	20.2	13.0	2.5	532	23.2	12.4	2.3	518	13.9	14.2	2.8	427	22.2	6.6	2.1
	おやつ	イチゴスペシャル				フルーツ寒天				バニラババロア				黒糖ふかし				あんみつ				スイートポテト			
	106	1.5	4.2	0.1	36	0.1	0.0	0.0	76	2.0	2.6	0.0	69	1.4	0.1	0.3	94	2.3	0.9	0.0	119	1.3	4.1	0.0	
		26(月)				27(火)				28(水)				29(木)				30(金)				31(土)			
昼食	ごはん	鶏肉のおろしあん 南瓜の煮物 チンゲン菜の辛子和え フルーツカクテル缶 味噌汁				ごはん				ごはん				月見うどん 五目煮豆 オクラのドレッシング和え パイン缶 ゆかりごはん				ごはん				Happy Halloween 海老ピラフ			
		472	22.8	6.4	2.1	362	15.6	2.5	2.8	522	14.5	11.0	2.3	480	16.9	6.4	3.4	520	23.2	14.0	2.1	474	13.4	12.7	2.7
	おやつ	パイン寒天				ぶどうのムース				バナナスペシャル				みかんゼリー				チョコプリン				スイートポテト			
	31	0.1	0.0	0.0	45	1.1	1.1	0.2	125	1.8	5.0	0.1	54	0.1	0.0	0.0	82	1.7	2.9	0.0	879	1.4	3.6	0.1	

※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