



10月

ディサービス予定献立表



1(金)				2(土)			
赤飯 赤魚の粕漬焼き 南瓜の煮物 チンゲン菜のしそ和え パイン缶 味噌汁				ごはん カニ玉(和風ソース) カリフラワーのソテー ほうれん草の錦糸和え 青りんごゼリー 味噌汁			
449	17.8	5.0	2.6	488	22.2	12.4	2.3
豆乳プリン				マロンババロア			
71	2.0	2.9	0.0	99	2.4	2.9	0.0

4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
ソースカツ丼 大根のツナ煮 オクラの辛子和え 黄桃缶 味噌汁	チキンカレー バジルチーズパスタサラダ 香の物 イチゴムース コンソメスープ	ごはん ホキのバター醤油焼き さつま揚げと切り昆布煮 菜の花のお浸し パイン缶 味噌汁	ごはん 鶏肉の山賊ダレかけ 茄子の煮物 チンゲン菜の胡麻和え オレンジ 味噌汁	かきたまうどん じゃが芋の味噌煮 白菜の和風和え ぶどうゼリー ゆかりごはん	ごはん アジフライ ごぼうの煮物 ほうれん草のおかか和え 白桃缶 味噌汁
507 13.7 11.3 2.6	541 16.5 15.0 3.2	438 17.9 7.3 2.8	503 20.6 11.8 2.8	423 16.9 4.8 2.8	455 15.7 6.0 2.8
抹茶ゼリー		フルーツ寒天		ロールちゃん	
76 1.3 2.0 0.0		38 0.1 0.0 0.0		65 0.9 3.3 0.1	

11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
ごはん 鶏肉のおろしかけ ひじきの煮物 白菜のゆかり和え バナナ 味噌汁	ごはん 鱈の西京漬け焼き 南瓜の煮物 いんげんのお浸し 黄桃缶 けんちん汁	中華丼 春雨の炒め ブロッコリーのナムル マンゴー缶 中華スープ	ひき肉カレー マカロニサラダ 桃ゼリー 香の物 コンソメスープ	ごはん 白身魚フライ 五目煮豆 チンゲン菜のポン酢和え みかん缶 味噌汁	ごはん 豚肉の生姜炒め 大根の煮物 菜の花の胡麻和え パインムース 味噌汁
489 23.1 8.4 2.4	486 19.8 8.0 2.6	434 14.4 7.2 2.5	579 16.0 20.5 3.0	449 17.3 5.7 2.7	539 21.7 13.4 2.3
コーヒーサンドモカ		プリン		バナラババロア	
111 1.5 4.9 0.1		129 4.4 5.2 0.1		776 2.0 2.6 0.0	

18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
焼きそば 大学芋 ブロッコリーの中華和え 杏仁豆腐 中華スープ 青菜ごはん	チキン南蛮丼 高野豆腐の煮物 春菊のお浸し パイン缶 味噌汁	青菜ごはん 鮭の照焼き 大根の錦糸和え チンゲン菜の梅肉和え オレンジ 具沢山味噌汁	ごはん ハンバーグホワイトソース ポテトソテー いんげんのドレッシング和え 白桃缶 味噌汁	親子丼 蓮根と昆布の煮物 菜の花のお浸し マンゴー缶 味噌汁	ごはん カレーの煮付け かぶと筍の煮物 オクラの柚子和え いちごゼリー 味噌汁
523 16.3 9.6 3.0	580 17.8 19.2 2.5	419 21.5 5.7 2.2	563 18.5 18.8 2.4	487 23.6 8.3 2.2	378 12.2 2.7 2.8
ロールちゃん		バナナスペシャル		芋ようかん	
67 0.9 3.6 0.1		125 1.8 5.0 0.1		99 0.5 0.1 0.0	

25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
ごはん コーンクリームコロッケ 豆腐の卵あんかけ ほうれん草のわさび和え みかん缶 味噌汁	味噌ラーメン 里芋の煮物 フルーツカクテル缶 茶飯	ポークカレー コールスローサラダ ぶどうゼリー コンソメスープ	ごはん 赤魚の柚子塩麹焼き 茄子の含め煮 菜の花の生姜和え バナナ 味噌汁	Happy Halloween 海老ピラフ チーズオムレツ 花野菜のドレッシング和え 黄桃缶 パンプキンスープ	ごはん チキンのBBQソース じゃが煮 キャベツのお浸し パイン缶 味噌汁
493 13.6 12.8 2.7	419 14.4 5.9 2.0	544 14.1 17.8 2.5	489 21.5 10.4 2.6	574 19.3 19.4 2.7	478 19.6 9.3 2.2
じゃがバター		コーヒーロール		クレープ	
55 0.8 4.3 0.1		72 1.0 3.1 0.1		91 1.1 6.0 0.0	

※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

大室さくら苑

