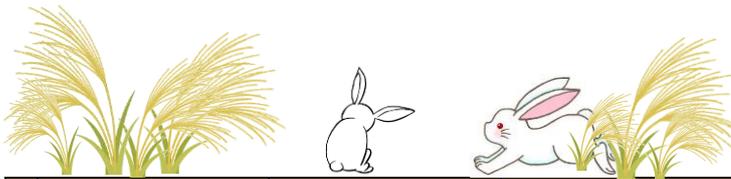




9月 デイサービス献立表



1(木)				2(金)			3(土)				
赤飯 赤魚の塩焼き ひじき煮 オクラの和え物 フルーツカクテル缶 味噌汁				焼きそば カニ玉 ほうれん草の中華和え リンゴムース 中華スープ わかめごはん			ごはん 鶏肉のトマトソース 花野菜のコンソメ煮 もやしのさっぱり和え オレンジ 味噌汁				
480	22.8	9.2	2.3	16.6	10.1	3.6	414	21.1	5.0	2.2	
じゃがバター				スイスロール			チョコババロア				
55	0.8	4.3	0.1	89	1.4	3.6	0.1	90	2.0	3.3	0.0

5(月)				6(火)				7(水)				8(木)				9(金)				10(土)			
きのこカレー スパゲティーサラダ 香の物 パイン缶 卵スープ				ごはん グラタンフライ じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し みかん缶 味噌汁				ごはん ホキのパジルオイル焼き 竹輪と昆布の煮物 菜の花のさっぱり和え マスカットゼリー 味噌汁				ごはん 豚肉の味噌炒め 姫川の土佐煮 チンゲン菜のポン酢和え バナナ すまし汁				さつま芋ごはん 鯖のみりん漬け焼き 茄子の生姜あんかけ オクラの和風和え 黄桃缶 味噌汁				月見そば 里芋の味噌敷き なめ茸おろし イチゴムース ゆかりごはん			
555	16.9	16.5	3.1	518	13.6	11.7	2.3	436	20.4	8.1	2.9	510	19.5	12.2	2.1	621	17.4	24.4	1.9	440	17.3	5.8	2.8
フルーツ寒天				あんみつ				コーヒーロール				プリン				オレンジゼリー				カステラ			
32	0.1	0.0	0.0	71	2.2	0.9	0.0	108	1.6	4.7	0.1	115	4.6	4.7	0.1	53	0.3	0.7	0.0	88	1.8	0.8	0.0

12(月)				13(火)				14(水)				15(木)				16(金)				17(土)			
ごはん 赤魚の柚子塩麹焼き 南瓜の甘煮 カリフラワーの磯和え オレンジ 味噌汁				親子丼 春雨ソテー 菜の花のお浸し 桃ゼリー 味噌汁				ごはん 海老フライ 大根の胡麻煮 長芋のわさび和え パイン缶 味噌汁				ごはん 鯖の西京漬け焼き 蓮根の甘辛煮 もやしのしそ和え フルーツカクテル缶 すまし汁				冷やし中華 がんもの煮物 マンゴープリン 中華茶飯				ごはん 豚肉のオイスターソース炒め ひじきの煮物 チンゲン菜の胡麻和え 黄桃缶 味噌汁			
410	20.2	3.7	2.7	504	21.9	9.4	2.6	537	12.2	14.8	2.7	434	17.0	6.6	2.4	462	18.1	12.1	2.6	520	19.2	13.5	2.4
黒ゴマプリン				ロールちゃん				パニラババロア				黒糖寒天				バナナスペシャル				クレープ			
109	4.0	3.8	0.2	83	1.2	4.0	0.1	104	2.3	4.3	0.0	70	0.6	0.7	0.0	107	1.5	4.3	0.1	76	1.1	4.0	0.0

19(月)				20(火)				21(水)				22(木)				23(金)				24(土)			
小豆ごはん かき揚げ 卵豆腐のあんかけ とろろ芋 フルーツカクテル缶 味噌汁				ごはん ハンバーグのホワイトソース 里芋の煮物 キャベツの柚子和え パイン缶 味噌汁				ごはん ホキのバター醤油焼き 茄子の白だし煮 白菜のおかか和え みかん缶 味噌汁				五目うどん 南瓜のいとこ煮 カリフラワーのわさび和え ぶどうゼリー 青菜ごはん				きのこごはん 鶏肉の山賊ダレかけ 大根のかにあん チンゲン菜のお浸し みかん缶 味噌汁				ごはん はんぺんフライ 桜エビの卵の花 ほうれん草のポン酢和え バナナ 味噌汁			
556	15.7	11.6	2.7	590	21.7	16.8	2.4	449	17.0	10.8	2.5	513	18.8	8.2	2.8	459	21.5	5.5	3.1	475	15.2	7.7	3.1
抹茶ゼリー				シフォンケーキ				キャラメルプリン				ロールちゃん				芋ようかん				黄桃寒天			
71	0.5	0.7	0.0	79	1.9	2.2	0.1	89	2.7	3.3	0.1	85	1.2	4.6	0.1	83	0.5	0.1	0.0	33	0.2	0.0	0.0

26(月)				27(火)				28(水)				29(木)				30(金)			
ごはん 鯖の塩焼き ひじき煮 キャベツの生姜和え 黄桃缶 味噌汁				チキンカレー パジルチーズパスタサラダ 香の物 フルーツカクテル缶 コンソメスープ				醤油ラーメン 厚焼き卵 メロンゼリー わかめごはん				ごはん アジフライ じゃが芋の煮物 いんげんの胡麻和え パイン缶 味噌汁				ごはん ミートボールのデミソース 花野菜の炒め物 白菜のドレッシング和え オレンジ コンソメスープ			
576	19.7	22.7	1.9	553	16.2	16.3	2.9	400	18.4	8.1	3.2	487	15.9	7.8	2.5	518	14.0	16.2	2.6
イチゴババロア				みかん寒天				黒糖ふかし				桃のムース				チョコプリン			
89	2.0	2.6	0.0	26	0.2	0.0	0.0	103	2.1	0.1	0.0	45	1.1	1.1	0.2	84	1.9	2.4	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

