



土支田デイサービスセンター9月献立表



	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
屋 食		豚丼 味噌汁 きのこのしぐれ煮 人参の胡麻和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 茄子のなべしき風 キャベツの甘酢和え フルーツ	ご飯 清汁 鯖の香味味噌焼き ひじき煮 ほうれん草のピーナツ和え フルーツ	ご飯 豚汁 赤魚の煮付け 南瓜の煮物 切干大根柚子和え 漬物	チキンカレーライス スープ マカロニサラダ 福神漬 フルーツ
3 時		ドーナツ エネルギー 523kcal	豆乳くずもち エネルギー 519kcal	ヨーグルトババロア エネルギー 612kcal	黒糖ゼリー エネルギー 510kcal	カルピスゼリー エネルギー 537kcal
	7	8	9	10	11	12
屋 食	ご飯 スープ チキンカツレツ 粉ふき芋 グリーンサラダ フルーツ もみじまんじゅう エネルギー 597kcal	ご飯 味噌汁 サーモンフライ 切干大根煮 なめ茸和え 漬物 フルーチェ（ピーチ） エネルギー 527kcal	ご飯 スープ 豆腐入りカニ玉 青梗菜オイスター炒め ナムル フルーツ ケーキ エネルギー 594kcal	そばろ丼 味噌汁 ちくわチーズ炒め 大根サラダ 白あんぱん エネルギー 569kcal	ご飯 干切り野菜スープ 鱈のタルタル焼き インゲンソテー 人参サラダ 漬物 ケーキ エネルギー 573kcal	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き ピーマンじゃこ炒め さつまいもサラダ フルーツ ケーキ エネルギー 620kcal
3 時						
	14	15	16	17	18	19
屋 食	ゆかりご飯 味噌汁 揚げ豆腐 きんぴらごぼう ブロッコリーのゴママヨ和え フルーツ	ご飯 スープ 家常豆腐 茄子の南蛮漬け カニ風味サラダ フルーツ	鶏そば 北海卵巻き オクラとじゃこの和え物 フルーツ	☆☆☆健寿祝会		
3 時	あんみつ エネルギー 528kcal	コーヒーゼリー エネルギー 502kcal	チョコババロア エネルギー 540kcal			
	21	22	23	24	25	26
屋 食	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅マヨ焼き 揚げ出し豆腐 野菜サラダ 漬物 バナナパフェ エネルギー 567kcal	ご飯 スープ 魚の香草パン粉焼き ボークビーンズ 花菜サラダ フルーツ 黒糖フークレエ エネルギー 615kcal	中華丼 スープ 春巻き もやしの胡麻酢和え イチゴスペシャル エネルギー 534kcal	さつま芋ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 牛蒡の当座煮 二色和え 漬物 バームクーヘン エネルギー 593kcal	ご飯 スープ 酢豚風 しゅうまい ツナサラダ フルーツ いちごババロア エネルギー 605kcal	カレーうどん さつま芋の甘煮 切干大根とひじきのぼん酢和え フルーツポンチ 黒糖寒天 エネルギー 607kcal
3 時						
	28	29	30			
屋 食	ソースかつ丼 味噌汁 里芋そぼろ煮 フルーツ フルーチェ（いちご） エネルギー 511kcal	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き ひじき煮 白菜とハムのサラダ 漬物 選沢おやつ エネルギー 553kcal	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 炒り豆腐 ほうれん草ごま和え 漬物 杏仁豆腐 エネルギー 574kcal	都合により献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。		
3 時						