



土支田デイサービスセンター 11月献立表



	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
昼食		ご飯 味噌汁 豚肉のオイスター炒め ふろふき大根 コールスローサラダ 漬物	豚玉丼 味噌汁 がんもの煮物 フルーツ	ご飯 スープ 白身魚フライ さつま芋の甘煮 春雨サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 カレイの煮付け 野菜とお麩の卵とじ カリフラワーの甘酢 漬物	ご飯 クリームシチュー 竹輪のピリ辛煮 海草サラダ
	3 時	豆乳くずもち エネルギー 495kcal	[A] 選択おやつ [B] 選択おやつ [A]エネルギー 504kcal [B]エネルギー 526kcal	ケーキ エネルギー 659kcal	ケーキ エネルギー 601kcal	ケーキ エネルギー 632kcal
昼食	7	8	9	10	11	12
	昼食	ご飯 味噌汁 タラの野菜あんかけ じゃが芋金平 ブロッコリーとコーンのサラダ 漬物	寿司 清汁	寿司 清汁	寿司 清汁	ご飯 味噌汁 海老カツ ポークビーンズ 切干ゆず香り フルーツ
3 時	あんみつ エネルギー 500kcal	もみじまんじゅう エネルギー 490kcal	さつま芋カップケーキ エネルギー 466kcal	黒糖まんじゅう エネルギー 460kcal	さつま芋の茶巾 エネルギー 657kcal	黒糖ゼリー エネルギー 515kcal
昼食	14	15	16	17	18	19
	昼食	ご飯 清汁 サーモンフライ 里芋そぼろあんかけ ほうれん草の磯和え フルーツ	ご飯 味噌汁 カレイのみぞれ煮 筑前煮 ブロッコリーおかか和え 漬物	ご飯 スープ 鶏団子の中華煮 車麩の煮付け カニ風味サラダ 漬物	ハヤシライス コーンスープ(備蓄) 蒸し鶏根菜ごまサラダ フルーツ	チャンボン麵 冬瓜の蟹あんかけ じゃがバター
3 時	抹茶まんじゅう エネルギー 573kcal	バームクーヘン エネルギー 522kcal	ミルクプリン エネルギー 466kcal	ロールケーキ エネルギー 603kcal	杏仁豆腐 エネルギー 521kcal	水ようかん エネルギー 653kcal
昼食	21	22	23	24	25	26
	昼食	ご飯 清汁 太刀魚の塩焼き 里芋の柚子みそ煮 なめ茸和え 漬物	かき揚げ丼 かき卵汁 高野豆腐含め煮 きのこ小松菜のごま和え	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 大根の肉みそかけ 白菜の柚子浸し フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め ひじき煮 花野菜サラダ 漬物	麻婆豆腐丼 スープ 野菜炒め ポテトサラダ
3 時	たい焼き エネルギー 528kcal	どら焼き エネルギー 552kcal	チョコムース エネルギー 521kcal	人参カップケーキ エネルギー 549kcal	ヨーグルトムース エネルギー 567kcal	バナナパフェ エネルギー 557kcal
昼食	28	29	30	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。		
	昼食	ご飯 コーンスープ(備蓄) チキンソテー 切干大根煮 マカロニサラダ 漬物	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 南瓜の煮付け キャベツの辛子和え フルーツ			
3 時	りんごゼリー エネルギー 556kcal	抹茶ババロア エネルギー 634kcal	豆乳まんじゅう エネルギー 483kcal			