



# 土支田デイサービスセンター 11月献立表



	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
屋 食	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。		豚丼 味噌汁 がんもみぞれ煮 キャベツのゆかり和え		★蕎麦の日★ 	
3 時			クリームパン エネルギー 550kcal	水ようかん エネルギー 609kcal	黒糖まんじゅう エネルギー 654kcal	あんみつ エネルギー 637kcal
	6	7	8	9	10	11
屋 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	パン(備蓄品) かぶのクリームスープ 鮭のマヨネーズ焼き わかめと油揚げのナムル 	ご飯 味噌汁 サンマの竜田揚げ きのこソテー 枝豆ポテト 漬物	そばろ丼 味噌汁 ちくわチーズ炒め 人参サラダ	ご飯 味噌汁 海老カツ ポークビーンズ カリフラワーの甘酢 漬物	チキンカレー スープ スパゲティサラダ 福神漬 フルーツ
3 時	ケーキ エネルギー 576kcal	ケーキ エネルギー 682kcal	ケーキ エネルギー 761kcal	はちみつヨーグルト エネルギー 557kcal	ミルクプリン エネルギー 656kcal	パイナップルゼリー エネルギー 612kcal
	13	14	15	16	17	18
屋 食	ご飯 清汁 サーモンフライ 里芋そばろあんかけ 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	ご飯 スープ 豚肉とごぼうの炒め煮 さつま芋の甘煮 春雨サラダ フルーツ	チャンポン麺 冬瓜の蟹あんかけ じゃがバター フルーツ	ご飯 清汁 鯖のもろみ焼き 炒り豆腐 さつま芋サラダ 漬物
3 時	りんごゼリー エネルギー 538kcal	バームクーヘン エネルギー 522kcal	たい焼き エネルギー 483kcal	抹茶の日 エネルギー 561kcal	杏仁豆腐 エネルギー 538kcal	黒糖かん エネルギー 645kcal
	20	21	22	23	24	25
屋 食	麻婆豆腐丼 スープ 野菜炒め フルーツ	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 春菊の白和え キャベツの辛子和え フルーツ	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	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	味噌ラーメン 蒸し餃子 華風和え フルーツ
3 時	黒糖ふかし エネルギー 507kcal	豆乳くずもち エネルギー 521kcal	バナナバフェ エネルギー 514kcal	アップルパイ エネルギー 538kcal	人形焼き エネルギー 552kcal	ロールケーキ エネルギー 520kcal
	27	28	29	30		
屋 食	ご飯 味噌汁 チキンソテー 切干大根煮 マカロニサラダ 漬物	牛丼(備蓄品) かき卵汁 高野豆腐含め煮 インゲンピーナツ和え	ハヤシライス スープ 和風サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 鮭のチャンチャン焼き 竹輪のピリ辛煮 海草サラダ 漬物		
3 時	プリン エネルギー 532kcal	ヨーグルトムース エネルギー 550kcal	栗かすてら饅頭 エネルギー 498kcal	選択おやつ エネルギー 552kcal		