



土支田デイサービスセンター 10月献立表



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
屋 食	ご飯 スープ チンジャオロース オムレツ 切干大根とひじきのぼん酢和え フルーツ	ご飯 スープ ハンバーグ さつま揚げのピリ辛煮 二色和え 漬物	ゆかりご飯 とうがん汁 サンマの塩焼き きのこソテー ポテトサラダ 漬物	ご飯 スープ 鮭のマヨネーズ焼き じゃがバター ブロッコリー酢味噌和え 漬物	ご飯 味噌汁 カレイのおろし煮 がんもの煮物 カリフラワーの甘酢 フルーツ	味噌ラーメン 餃子 華風和え フルーツ
3 時	バナナパフェ エネルギー 524kcal 8	お楽しみおやつ エネルギー 544kcal 9	カルビスゼリー エネルギー 589kcal 10	エクレア エネルギー 504kcal 11	ビスコ エネルギー 522kcal 12	コーヒーゼリー エネルギー 550kcal 13
屋 食	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 大根の煮物 ほうれん草ピーナッツ和え 漬物	中華丼 スープ ブロッコリーのコンクリームかけ フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 鶏の生姜焼き ひじき煮 グリーンサラダ 漬物	ご飯 スープ 麻婆茄子 大根の蟹あんかけ キャベツ煮浸し フルーツ	そばろ丼 味噌汁 ちくわチーズ炒め フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ 漬物
3 時	ケーキ エネルギー 525kcal 15	ケーキ エネルギー 546kcal 16	ケーキ エネルギー 584kcal 17	ミルクプリン エネルギー 506kcal 18	ヨーグルトムース エネルギー 503kcal 19	抹茶小豆かん エネルギー 505kcal 20
屋 食	栗ご飯 清汁 ほっけの塩焼き じゃが芋の煮物 温野菜サラダ	栗ご飯 清汁 あじフライ 高野豆腐含め煮 ほうれん草の磯和え	栗ご飯 清汁 鯛の塩焼き 炒り豆腐 エノキとワカメのボン酢和え	ご飯 味噌汁 鱈の野菜あんかけ 切干大根煮 南瓜サラダ 漬物	ハヤシライス スープ 白菜とハムのサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 紅芋コロケ 野菜とお麩の卵とじ スバゲティサラダ 漬物
3 時	ロールケーキ エネルギー 533kcal 22	どら焼き エネルギー 518kcal 23	水ようかん エネルギー 550kcal 24	コーヒーゼリー エネルギー 581kcal 25	チョコババロア エネルギー 511kcal 26	豆乳くずもち エネルギー 588kcal 27
屋 食	けんちんうどん 北海卵巻き もやしのごま酢和え フルーツポンチ	ご飯 スープ 酢豚風 豆腐チャンプルー 春雨サラダ 漬物	親子丼 味噌汁 里芋の味噌煮 フルーツ	パン(備蓄品) クリームシチュー ミートボール 海草サラダ	ご飯 味噌汁 メンチカツ ふろふき大根 もやしの和え物 フルーツ	麻婆豆腐丼 スープ レンコンとツナサラダ フルーツ
3 時	クリームパン エネルギー 536kcal 29	りんごゼリー エネルギー 540kcal 30	黒糖フークレ エネルギー 614kcal 31	おやつ作り エネルギー 583kcal	おやつ作り エネルギー 612kcal	おやつ作り エネルギー 596kcal
屋 食	ご飯 味噌汁 肉じゃが カリフラワーの蟹あんかけ 人参サラダ 漬物	豚丼 味噌汁 がんもみぞれ煮 キャベツのゆかり和え	ドライカレー(備蓄品) スープ ポークチャップ 南瓜の煮付け コールスローサラダ	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	あんみつ エネルギー 501kcal	きなこプリン エネルギー 504kcal	ハロウィンおやつ エネルギー 531kcal			