



土支田デイサービスセンター11月献立表



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
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	ご飯 味噌汁 魚の山椒焼き 里芋の柚子みそ煮 ブロッコリー胡麻マヨ和え 漬物	鶏きじ井 味噌汁 厚揚げの煮物 花野菜サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 ブリの照り焼き 野菜卵とじ 春菊の胡麻和え 漬物	ご飯 味噌汁 とんかつ 栗と蓮根の煮物 ほうれん草お浸し フルーツ	ご飯 スープ 麻婆茄子 海老といんげんの塩炒め 大根サラダ フルーツ
	黒糖ふかし エネルギー 541kcal	黒胡麻汁粉 エネルギー 586kcal	黒糖フークレエ エネルギー 580kcal	バームクーヘン エネルギー 611kcal	豆乳くずもち エネルギー 525kcal	たい焼き エネルギー 566kcal
屋 食	ポークカレー 南瓜のスープ (備蓄品) ツナサラダ 福神漬 フルーツ	ご飯 スープ 豚肉の青椒風 ニラ玉 春雨サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 魚の幽庵焼き 大根の蟹あんかけ 小松菜おかか和え フルーツ	きのこご飯 粕汁 擬製豆腐 里芋の煮物 春菊とささ身の和え物 漬物	ご飯 スープ ポークチャップ 粉ふき芋 コールスローサラダ 漬物	ちゃんぼん 春巻き 棒棒鶏サラダ フルーツポンチ
	抹茶あずきゼリー エネルギー 626kcal	チョコパン エネルギー 615kcal	ケーキ エネルギー 567kcal	ケーキ エネルギー 622kcal	ケーキ エネルギー 618kcal	プリン エネルギー 521kcal
屋 食	15	★蕎麦の日★		17	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 厚揚げの煮物 小松菜くるみ和え フルーツ	わかめご飯 (備蓄品) 味噌汁 鯖の幽庵焼き 車麩の煮物 キャベツのおかか和え フルーツ
	杏仁豆腐 エネルギー 661kcal	水ようかん エネルギー 673kcal	あんみつ エネルギー 683kcal	豆乳入りまんじゅう エネルギー 547kcal	マロンババロア エネルギー 579kcal	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 切干大根煮 人参サラダ 漬物
屋 食	22	23	24	25	26	27
	ご飯 味噌汁 魚の磯辺焼き 南瓜の煮付け ずんだ和え 漬物	ご飯 スープ 白身魚フライ スパゲティソテー ブロッコリーサラダ フルーツ	いなり寿司 清汁 おでん いんげんピーナッツ和え	三色丼 味噌汁 ほうれん草ソテー ポテトサラダ フルーツ	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 じゃが芋のきんぴら ほうれん草の土佐和え フルーツ	ご飯 スープ 魚の辛味噌焼き 大根の鶏そぼろ炒め もやしの胡麻和え 漬物
バナナパフェ エネルギー 553kcal	抹茶ババロア エネルギー 561kcal	豆乳プリン エネルギー 508kcal	カステラ エネルギー 566kcal	コーヒーゼリー エネルギー 532kcal	イチゴスペシャル エネルギー 503kcal	
29	30					
屋 食	ご飯 味噌汁 魚の山椒焼き ひじき煮 ほうれん草のなめたけ和え フルーツ	ハヤシライス スープ 野菜たっぷりサラダ フルーツヨーグルト				
選択おやつ エネルギー 509kcal	ミルクかん エネルギー 508kcal					

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。

