


〇〇11月献立表〇〇

豊玉デイサービス

		1(水)		2(木)		3(金)		4(土)	
昼食		ご飯 中華スープ(豆腐・わかめ) 八宝菜 さつま芋のレモン煮 小松菜のお浸し みかん缶	ご飯 味噌汁(玉葱・油揚げ) 鶏肉の治部煮 青梗菜の炒め物 きゅうりの酢の物 パイン缶	ちらし寿司 すまし汁(麩・みつば) 炒り豆腐 春菊の黄菊和え 黄桃缶	ご飯 コンソメスープ(キャベツ・えのき) ハンバーグデミソース 南瓜含め煮 もやしサラダ みかん缶	498 3.2	471 4	448 2.9	469 2.4
		3時	プチドッグブレーン、紅茶 エネルギー・塩分 100 0.1	たいやき、ほうじ茶 106 0	ロールケーキ、紅茶 113 0	バームクーヘン、紅茶 135 0.2			
6(月)		7(火)		8(水)		9(木)		10(金)	
昼食	菜飯 味噌汁(麩・さや) ミックスフライ(鶏・コロッケ) 大根のかにあんかけ ブロッコリーのミモザサラダ 漬物	ご飯 味噌汁(里芋・油揚げ) かれいの煮つけ 野菜炒め インゲンのマヨ和え パイン缶	A 鶏肉のケチャップ煮 B 鶏肉のクリーム煮 ご飯 味噌汁(大根・かいわれ) ほうれん草とコーンのソテー カリフラワーサラダ 黄桃缶 選択A 463 3.3 選択B 481 3	ご飯 中華スープ(チンゲン菜・葱) 生揚げの中華味噌炒め シューマイ ごぼうサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁(玉葱・もやし) さわらの生姜焼き 切り昆布煮付け 白菜の甘酢和え カクテル缶	539 3.9	495 3	441 3.6	471 2.8
	3時	パンケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 87 0.2	黒糖まんじゅう、ほうじ茶 70 0.1	メープルプチケーキ、紅茶 104 0.2	ゼリー、紅茶 73 0.2	バームクーヘン、紅茶 135 0.2	あんぱん、ほうじ茶 105 0.1		
13(月)		14(火)		15(水)		16(木)		17(金)	
昼食	A ますのタルタルソースかけ B ますの青しそソースかけ ご飯 味噌汁(玉葱・わかめ) レンコンの煮物 オクラのなめたけ和え パイン缶 選択A 491 3 選択B 442 3.6	チキンカレーライス コンソメスープ(チンゲン菜・コーン) ツナサラダ 福神漬け カクテル缶	ご飯 味噌汁(白菜・えのき) さんまの塩焼き がんもの煮物 インゲンの胡麻和え みかん缶	ご飯 味噌汁(麩・小松菜) 豚肉と野菜の炊き合わせ ピーマンのピリ辛炒め マカロニサラダ 漬物	ご飯 かき玉スープ(卵・万葱) 豆腐のうま煮 ギョーザ もやしのナムル 黄桃缶	520 3	549 3.5	441 3.6	471 2.8
	3時	たいやき、ほうじ茶 エネルギー・塩分 106 0	プチドッグブレーン、紅茶 100 0.1	プリン、紅茶 108 0.1	パンケーキ、紅茶 87 0.2	吹雪まんじゅう、ほうじ茶 70 0	ショコラプチケーキ、紅茶 107 0.3		
20(月)		21(火)		22(水)		23(木)		24(金)	
昼食	ご飯 中華スープ(白菜・しいたけ) 豚肉の細切り炒め 湯豆腐 南瓜サラダ みかん缶	A 鶏肉の梅香焼き B 鶏肉の胡麻焼き ご飯 味噌汁(玉葱・油揚げ) 切干大根の煮物 ほうれん草のピーナッツ和え 黄桃缶 選択A 483 3.7 選択B 490 3.7	けんちんうどん 厚焼き玉子 和風サラダ カクテル缶	ソースカツ丼 味噌汁(なめこ・葱) 小松菜の煮浸し 春雨の酢の物 パイン缶	ご飯 コンソメスープ(キャベツ・しめじ) たららのムニエル じゃが芋のクリーム煮 ブロッコリーのドレッシング和え みかん缶	502 2.9	488 4	561 3.3	430 2
	3時	バームクーヘン、紅茶 エネルギー・塩分 135 0.2	メープルプチケーキ、紅茶 104 0.2	クリームパン、紅茶 131 0.1	フルーチェ、紅茶 56 0.2	たいやき、ほうじ茶 106 0	ロールケーキ、紅茶 113 0		
27(月)		28(火)		29(水)		30(木)			
昼食	ご飯 味噌汁(南瓜・油揚げ) 親子煮 もやしの炒め物 ほうれん草の磯和え カクテル缶	ご飯 すまし汁(豆腐・かいわれ) 鮭のちゃんちゃん焼き 大根の田舎煮 小松菜の辛子和え 漬物	里芋の炊き込みご飯 味噌汁(白菜・しめじ) 豆腐ハンバーグのあんかけ ピーマンのカレー炒め コーンサラダ パイン缶	A さわらの南蛮漬け B さわらのから揚げ ご飯 味噌汁(麩・わかめ) ひじき煮 キャベツのしそ和え 黄桃缶 選択A 514 3.3 選択B 493 3.7		509 3.2	414 3.6	491 3.9	
	3時	ゼリー、紅茶 エネルギー・塩分 73 0.2	パンケーキ、紅茶 87 0.2	黒糖まんじゅう、ほうじ茶 70 0.1	ショコラプチケーキ、紅茶 107 0.3				

勤労感謝の日(11月23日)

日本では古くから、新米の収穫が一段落するこの時期に、豊作と1年の感謝を神様に捧げる「新嘗祭」が行われてきました。1948年に制定され、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民互いに感謝し合う」日として、祝日になりました。

新米

日本は古事記や日本書紀で「瑞穂(みずみずしく稲が実ること)の国」と記されたように、古くからお米を大切にしてきました。消費者庁が定める基準によると、新米は精米の場合、「生産された年の12月31日までに精白され、容器に入れられ、もしくは包装された」米だけを指します。つまり、新米と表示できるのは、収穫後の10月頃から12月頃までの限定。水分をたっぷり含み、もちもち、ツヤツヤ、ふっくらとした炊きあがり、新米ならではの味わいです。



* 都合により献立を変更することがあります。