



デイサービスセンターだんし

月間献立表（9月）



| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------|---|---|--|---|--|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 昼食 | 赤飯 かき卵汁 赤魚と白菜の塩麴焼き 炊き合わせ キャベツの和え物 フルーツ | ベーコンのクリームパスタ パセリライス コンソメスープ グリーンサラダ フルーツ | あんかけチャーハン 中華スープ えび餃子 もやしの胡麻酢和え フルーツ | ご飯 味噌汁 白身魚の唐揚げ 冬瓜のそぼろ煮 白菜の和え物 フルーツ | きのこカレー 盛り合わせサラダ 漬物 乳酸菌飲料 フルーツ | ご飯 味噌汁 鯖の利休焼き なすの含め煮 春雨の和え物 デザート | さつま芋ご飯 味噌汁 ぎせい豆腐 しぐれ煮 キャベツの塩昆布和え フルーツ |
| カロリー | 599kcal | 707kcal | 553kcal | 547kcal | 671kcal | 689kcal | 574kcal |
| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 昼食 | ひじきの混ぜ寿司 すまし汁 野菜と煮豆の天麩羅 小松菜のおかか和え フルーツ | ご飯 味噌汁 栗コロッケとメンチカツ 切干大根の炒め煮 胡瓜の酢の物 フルーツ | ご飯 空知汁 鮭のちゃんちゃん焼き じゃがバター アスパラサラダ チーズタルト | 北海道 郷土料理 ミックスピラフ コーンスープ ほうれん草のソテー チーズサラダ デザート | ご飯 すまし汁 ほっけの葱味噌焼き さつま芋の炊き合わせ 白菜の香味和え フルーツ | 月見そば おにぎり がんもの煮物 磯辺和え フルーツ | ご飯 味噌汁 かつ煮 焼き茄子 温野菜サラダ フルーツ |
| カロリー | 684kcal | 712kcal | 729kcal | 597kcal | 530kcal | 536kcal | 749kcal |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 昼食 | ご飯 味噌汁 鱈の野菜あんかけ ひじきの含め煮 オクラの和え物 デザート | 散らし寿司 すまし汁 天ぷら盛り合わせ 茶碗蒸し ほうれん草の胡麻和え フルーツ | 麻婆茄子丼 わかめスープ かに焼売 春雨サラダ フルーツ | ご飯 味噌汁 チーズハンバーグ 切り干し大根の炒め煮 胡瓜の和え物 フルーツ | ご飯 味噌汁 鮭の菜種焼き 里芋の煮物 三色サラダ フルーツ | 豚しゃぶカレー フレッシュサラダ 漬物 ジョア デザート | ご飯 味噌汁 鯖の焼き浸し れんこんの炒め煮 ブロッコリーの和え物 フルーツ |
| カロリー | 551kcal | 725kcal | 710kcal | 745kcal | 629kcal | 674kcal | 636kcal |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 昼食 | ご飯 すまし汁 鶏肉の黄金焼き 炊き合わせ 海藻サラダ フルーツ | 栗ご飯 味噌汁 秋刀魚の塩焼き きのこ炒め 柚子なます フルーツ | 牛肉の柳川丼 味噌汁 茄子の生姜煮 水菜サラダ デザート | ご飯 味噌汁 鱈の南蛮漬け 高野豆腐の含め煮 さつまいもサラダ フルーツ | ソーキそば おにぎり 彩り真丈のあんかけ 青菜の酢味噌和え フルーツ | オムライス コンソメスープ えびカツレツ チーズサラダ フルーツ | ご飯 すまし汁 鯖の西京焼き 五目大豆 オクラの和え物 フルーツ |
| カロリー | 671kcal | 678kcal | 882kcal | 712kcal | 687kcal | 758kcal | 631kcal |
| | 29 | 30 | | | | | |
| 昼食 | ハヤシライス コールスローサラダ 漬物 乳酸菌飲料 フルーツポンチ | ご飯 味噌汁 赤魚の揚げ煮 もやしの炒め物 ポテトサラダ デザート | | | | | |
| カロリー | 713kcal | 685kcal | | | | | |

* 仕入れの事情により、献立を変更する事がございますので、ご了承ください。