

デイサービス献立表

※メニューは、変更となる場合があります。

2026年10月1日(木)～10月30日(金)

	月	火	水	木	金
昼食				1 ごはん 豚肉と卵の塩だれ炒め サツマイモのベーコン炒め 白菜ときゅうりの浅漬け 中華スープ りんごゼリー 674kcal	2 ごはん 鯖の塩焼き 冬瓜のそぼろあんかけ 焼売 菜の花のわさびマヨ和え 味噌汁 785kcal
おやつ				今川焼(カスタード)	チョコババロア
昼食	5 ごはん メンチカツ フキとゼンマイの煮物 茄子の漬物 味噌汁 抹茶ババロア 713kcal	6 フルーツサンド・ナン バターチキンカレー シーザーサラダ ヨーグルト スイートポテト 670kcal	7 ごはん アジ竜田揚げ 大根のそぼろ煮 ミニお好み焼き アスパラの和風サラダ 味噌汁 687kcal	8 ハヤシライス かぼちゃのおやき 大根サラダ コンソメスープ ココアプリン 730kcal	9 ごはん 鶏治部煮 コロッケ 小松菜のソテー キャベツイタリアンサラダ 味噌汁 834kcal
おやつ	さつまいも入り蒸しパン	厚切りチョコバウム	練乳あずきプリン	カステラ	キャラメルプリン
昼食	12 わかめごはん 鶏肉のから揚げ&卵焼き のり塩ポテト カブの和え物 味噌汁 フルーツ盛り合わせ 690kcal	13 ごはん 豚ニラ 冬瓜と卵の中華煮 白菜とハムのサラダ 中華スープ 白玉あんみつ 659kcal	14 海鮮焼きそば 焼売 わかめの酢の物 中華スープ フルーツゼリー 716kcal	15 松茸ご飯 信田煮 海老とさつまいもの天ぷら サラダ風ポテト卵の花 すまし汁 葛饅頭 710kcal	16 ごはん 秋の野菜カレー もやしのツナ卵炒め 白菜と豚肉のスープ煮 ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁 757kcal
おやつ	杏仁豆腐	オレンジゼリー	ドーナツ	きんつば	ミルクプリン
昼食	19 ごはん ホキの野菜味噌蒸し焼き ほうれん草の豆乳煮 いんげんのサラダ すまし汁 ババロア 572kcal	20 ごはん カツレツ卵とじ煮 白菜のコンソメ煮 大根のマスタードサラダ すまし汁 フルーツ盛り合わせ 683kcal	21 三色丼 茄子の味噌炒め 焼き芋 味噌汁 フルーツヨーグルト 720kcal	22 ごはん 鱈の酒蒸し 春菊ときのこのゴマ塩いため マセドアンサラダ かき玉汁 栗ぜんざい 781kcal	23 ポークカレー チキンカツ いんげんのサラダ コンソメスープ ババロア(フルーツがけ) 740kcal
おやつ	たい焼き	いちごババロア	和のパンケーキ(きなこ&黒蜜)	プリン	ワッフル
昼食	26 ごはん 鶏の照り焼き ごぼうのしぐれ煮 もやしの胡麻和え 枝豆腐のサラダ 味噌汁 688kcal	27 ごはん 鮭の香草パン粉焼き じゃがいもの洋風煮 おひたし 味噌汁 プリン 663kcal	28 けんちんそば かぼちゃのクリーム煮 豚まん 洋梨 671kcal	29 ごはん すき焼き ポテトカレー炒め ブロッコリーとささみの葱塩和え 温泉卵 味噌汁 633kcal	30 ごはん 鯖の西京味噌焼き 里芋の煮物 豆と根菜の胡麻ドレサラダ すまし汁 パイ 621kcal
おやつ	ココアプリン	チョコ蒸しパン	丸ボーロ	ロールケーキ	バナナクレープ