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11月2日(火)～11月30日(月)

	月	火	水	木	金
昼食	2　774kcal ごはん 鯖の生姜焼き 春菊ときのこの胡麻塩炒め 大焼売 カリフラワーのドレッシング和え 味噌汁	3　771kcal ごはん 大宮ナポリタン チーズメンチカツ さつまいもの金時煮 味噌汁 みかん	4　633kcal ごはん 鶏肉のマスタード焼き 菜の花のさっと煮 心太の酢の物 味噌汁 フルーツあんみつ	5　673kcal ごはん 鰆黄金焼き 鶏と冬瓜のこってり煮 ほうれん草とカニカマの和え物 味噌汁 ババロア	6　636kcal ごはん 鶏のから揚げ甘酢あん キャベツと三色ピーマンのソテー 浅漬け オニオンサラダ コンソメスープ
おやつ	黒ごまプリン	厚切りチョコバウム	芋ぜんざい	ロールケーキ（モカ）	抹茶ババロア
昼食	9　701kcal ごはん 松風焼き きのこと白菜の煮びたし ブロッコリーのミモザサラダ 粕汁 プリン	10　639kcal ごはん タンドリーチキン じゃがいものトマト煮 カブの胡麻和え コンソメスープ ミックスゼリー	11　655kcal ごはん 白身魚のフリッター 大根とこんにゃくの田楽 スパゲティサラダ すまし汁 スイートポテト	12　762kcal ごはん 豚肉の柳川風 茄子の甘酢炒め 小松菜のポン酢和え ポテトサラダ 味噌汁	13　777kcal 五目そば カニ焼売 カリフラワーの和え物 白玉ぜんざい
おやつ	黒糖饅頭	はちみつカステラ	ババロア	ぶどうゼリー	おはぎ
昼食	16　644kcal ごはん 鶏肉オニオンソース 味噌ポテト いんげんのクルミ和え すまし汁 杏仁フルーツ	17　640kcal わかめごはん カレイ韓国風焼き カブのとろっと煮 棒棒鶏サラダ 中華スープ ババロア	18　746kcal ミックスピザ＆クロワッサン ポークシチュー アスパラのサラダ ヨーグルト フルーツ盛り合わせ	19　687kcal きのこごはん マスの紅葉焼き カニカマとカリフラワーの胡麻酢和え けんちん汁 柿・キウイフルーツ	20　992kcal ごはん 白身フライのタルタルソース 竹輪と昆布の炒め煮 肉味噌豆腐 味噌汁 ピーチゼリー
おやつ	あんドーナツ	さつまいも入り蒸しパン	たい焼き	シュークリーム	ストロベリーショートケーキ
昼食	23　670kcal ごはん ホッケの塩焼き 根菜のどて煮 青菜のお浸し ポテサラミートローフ 味噌汁	24　648kcal ごはん ポークソテー葱塩だれ 青梗菜のおかか煮 ひじきのサラダ すまし汁 フルーツ盛り合わせ	25　683kcal 菜めし 鮭の柚子庵焼き 小松菜とそぼろの炒め煮 大学芋 花野菜サラダ 味噌汁	26　752kcal ココナッツミルクカレー メンチカツ キャベツイタリアンサラダ コンソメスープ マンゴー	27　673kcal ごはん チキンソテー ふきと大根のしのだ煮 とうもろこしサラダ 味噌汁 フルーツサラダ
おやつ	ミルクプリン	ドーナツ	杏仁豆腐	バナナクレープ	和のパンケーキ（黒蜜きなこ）
昼食	30　660kcal ごはん 里芋と牛肉のうま煮 カブの味噌炒め マカロニサラダ お新香 味噌汁				
おやつ	フレッシュミルク				

デイサービスセンター白鶴ホーム