

# 予定献立表

たきのう せいかつかいご  
あすなろ (多機能・生活介護)

						11月1日(金)	11月2日(土)				
		671Kcal	604Kcal								
<b>11月4日(月)</b> <b>ごはん</b> きつねうどん 豚と茄子のオイスター炒め 白菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	<b>11月5日(火)</b> <b>ごはん</b> タンドリーチキン きのご炒め 豆腐サラダ コンソメスープ プリン	<b>11月6日(水)</b> ご当地食～静岡県～ <b>ごはん</b> 富士宮焼きそば風 浜松餃子風 ピーナッツなます おざく 乳酸菌飲料	<b>11月7日(木)</b> 秋野菜カレー シーザーサラダ 福神漬け ブルーベリーヨーグルト フルーツ	<b>11月8日(金)</b> <b>ごはん</b> とんかつ 豆乳がんもの煮物 みそ汁 フルーツ盛り合わせ	<b>11月9日(土)</b> <b>ごはん</b> 筑前煮 茄子のごま風味炒め オクラのとろろ和え みそ汁 フルーチェ	620Kcal	727Kcal	642Kcal	664Kcal	603Kcal	615Kcal
<b>11月11日(月)</b> <b>ごはん</b> エビカツフライ マカロニ炒め オニオンスープ フルーツ盛り合わせ	<b>11月12日(火)</b> <b>散らし寿司</b> さつまいもの煮物 茄子のお浸し 赤だし ヨーグルト	<b>11月13日(水)</b> <b>ごはん</b> 肉豆腐 菊菜の和え物 みそ汁 フルーツ盛り合わせ	<b>11月14日(木)</b> <b>ごはん</b> 鶏ときのこのシチュー ビーフン炒め コールスローサラダ フルーツ盛り合わせ	<b>11月15日(金)</b> <b>ごはん</b> 千草玉子 竹輪のいそべ揚げ 菜の花のわさび醤油和え みそ汁 練りようかん	<b>11月16日(土)</b> <b>ごはん</b> コロッケ盛り合わせ 冬瓜の含め煮 茄子のおろし和え すまし汁 プリン	635Kcal	658Kcal	549Kcal	539Kcal	647Kcal	639Kcal
<b>11月18日(月)</b> <b>ごはん</b> 鶏のチーズマヨ焼き 千切煮 ほうれん草のおかか和え みそ汁 コーヒーゼリー	<b>11月19日(火)</b> <b>ごはん</b> 豚の柚子胡椒炒め 湯豆腐 キャベツのしば漬け和え すまし汁 りんごゼリー	<b>11月20日(水)</b> <b>ごはん</b> 豚の塩麹焼き さつまいものレモン煮 みそ汁 フルーツ 乳酸菌飲料	<b>11月21日(木)</b> <b>ごはん</b> 鶏のネギみそ焼き 厚揚げとエビの炒め煮 菊菜のツナ和え かき玉汁 ヨーグルト	<b>11月22日(金)</b> 行事食 秋色御膳 <b>ごはん</b> さつまいもごはん 柚子風味肉じゃが 出し巻き玉子 ほうれん草の白和え 水菜の和風スープ フルーチェ	<b>11月23日(土)</b> <b>散らし寿司</b> ひじき煮 赤だし フルーツ盛り合わせ	704Kcal	683Kcal	655Kcal	669Kcal	712Kcal	567Kcal
<b>11月25日(月)</b> <b>ごはん</b> 豚の生姜炒め 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁 牛乳プリン	<b>11月26日(火)</b> <b>ごはん</b> ポークピカタ ジャーマンポテト 菜の花と竹輪の和え物 コンソメスープ 乳酸菌飲料	<b>11月27日(水)</b> <b>ごはん</b> 肉うどん 山芋と海鮮のとろっと焼き キャベツの塩昆布和え フルーツ盛り合わせ	<b>11月28日(木)</b> 行事食 秋の季節食 <b>ごはん</b> 五目釜めし風ごはん 鮭フライ・オーロラソース 炊き合わせ 柿入りなます すまし汁 いちごゼリー	<b>11月29日(金)</b> <b>ごはん</b> 温しゃぶゴマダレかけ 揚げ茄子の煮物 みそ汁 フルーツ盛り合わせ	<b>11月30日(土)</b> <b>ごはん</b> 肉団子の酢豚風 チヂミ 海藻サラダ 中華スープ ヨーグルト	650Kcal	684Kcal	641Kcal	659Kcal	622Kcal	697Kcal

\* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください