

予定献立表

あすなろ(生活介護・多機能)

昼食		9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)
		赤飯 筑前煮 炒り玉子 胡瓜の酢のもの みそ汁 ゼリー	散らし寿司 厚揚げの煮物 小松菜のお浸し 赤だし 乳酸菌飲料	ちゃんぽうどん 豆腐田楽 ブロッコリーの梅おかか和え フルーツ盛り合わせ	ご飯 ささみフライ&白身フライ 揚げ茄子の煮物 みそ汁 フルーツ盛り合わせ	ふりかけご飯 クリームシチュー カリフラワーのカレーバター炒め シーザーサラダ ゼリー
カロリー		672kcal	581kcal	572kcal	705kcal	692kcal
昼食	9月6日(日)	9月7日(月)	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)
	ご飯 回鍋肉 チンゲン菜のナムル 玉子スープ フルーツ盛り合わせ	塩麴豚と梅うどん れんこんのピリ辛炒め チンゲン菜の中華サラダ フルーツ盛り合わせ	ご飯 鶏の唐揚げ 茄子のチーズ焼き 胡瓜の酢のもの みそ汁 ヨーグルト	肉うどん 大根菜とじゃこのごま炒め うまい菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	行事食～重陽の節句～ 栗ご飯 鮭フライ 茄子の菊花みぞれあん オクラの梅かつお和え みそ汁 乳酸菌飲料	鶏南蛮うどん ピーマンの金平風炒め 海藻サラダ フルーツ盛り合わせ
カロリー	675kcal	569kcal	637kcal	471kcal	718kcal	488kcal
昼食	9月13日(日)	9月14日(月)	9月15日(火)	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)
	ご飯 鯖のみそ煮 キャベツの柚子風味炒め 菜の花のポン酢和え すまし汁 ゼリー	ご飯 豚肉の生姜炒め 麩の玉子とじ 栗入り南瓜サラダ きのこのみそ汁 フルーチェ	きつねうどん 出し巻き玉子 チンゲン菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	行事食～敬老の日～ 赤飯 天ぷら 白菜の野沢菜和え すまし汁 フルーツ盛り合わせ	和風たらこスパゲティ ほうれん草のチーズ炒め カリフラワーのフレンチマヨ和え コーンスープ プリン	キーマカレー サウザンサラダ 福神漬 ブルーベリーヨーグルト サラダバイキング
カロリー	552kcal	708kcal	426kcal	561kcal	564kcal	690kcal
昼食	9月20日(日)	9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)
	ご飯 ミンチカツ 煮奴 すまし汁 フルーツ盛り合わせ	豆乳坦々うどん 野菜炒め フラワーサラダ フルーツ盛り合わせ	ご飯 チキンカツ 豆と野菜の彩煮 小松菜の辛子醤油和え みそ汁 ヨーグルト	ガリバタ醤油うどん 菜の花の煮浸し みそ汁 フルーツ盛り合わせ	鮭散らし寿司 千切煮 茄子のお浸し 赤だし ゼリー	行事食～お月見～ 月見うどん 肉団子の甘辛煮 からし菜のかに和え お月見ポンチ フルーツ
カロリー	671kcal	566kcal	604kcal	489kcal	623kcal	522kcal
昼食	9月27日(日)	9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)		
	ご飯 白身魚のパン粉焼き 大根のそぼろあんかけ みそ汁 フルーツ盛り合わせ	ご当地食～富山県～ エビかき揚げ丼 にざい よこし みょうがのすまし汁 乳酸菌飲料	焼きそば 冬瓜の煮浸し 菊菜の胡麻和え みそ汁 ゼリー	ポークカレー コールスローサラダ 福神漬 フルーチェ フルーツ		
カロリー	536kcal	593kcal	545kcal	723kcal		

* 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