

# 9月 デイサービス献立表

寝屋川十字の園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
日付			1日	2日	3日	4日
昼食			赤飯 肉じゃが ほうれん草のおかかあえ 味噌汁(とうふ・なめこ) パイ缶	ごはん 鯖の味噌煮 ○ 切干大根 吸物(てまりふ) デザートムース	チキンライス ブロッコリーのかにかまサラダ ミルクスープ バナナ	ごはん あじのごま酢煮 白菜ごま和え かき卵汁 白桃缶
カロリー			421 kcal	474 kcal	484 kcal	508 kcal
日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
昼食	ごはん あじの塩焼き きゃべつの煮浸し 豚汁 キウイ	ごはん 鶏の照焼 高野豆腐の卵とじ のっぺい汁 黄桃缶	ごはん カレイの野菜のせ トマトサラダ 人参スープ 梨	カレーライス ブロッコリーのサラダ 杏仁豆腐	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 白和え 吸物(はんぺん) パイナップル	ごはん 豚の生姜焼き マカロニサラダ 味噌汁(たまご) フルーツカクテル
カロリー	450 kcal	485 kcal	449 kcal	568 kcal	431 kcal	572 kcal
日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日
昼食	ごはん 焼肉 拌三絲 たまごスープ 甘夏缶	ごはん さけのオープン焼き チキンサラダ コンソメスープ パイ缶	ごはん ハンバーグ かぼちゃサラダ コーンスープ ぶどう	赤飯 カレイの塩焼き ほうれん草のごま和え ○ 味噌汁(麩) デザートムース	ごはん 野菜炒め ごぼうサラダ 味噌汁(かぼちゃ) 洋梨缶	チャーハン 焼き餃子 春雨スープ オレンジ
カロリー	422 kcal	546 kcal	673 kcal	368 kcal	473 kcal	452 kcal
日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日
昼食	散らし寿司 里芋の柚子みそかけ 茶碗蒸し メロン	さつまいもご飯 カレイの二色天ぷら 白菜のかつお和え かき卵汁 メロン	牛肉と牛蒡の炊き込みご飯 鮭の塩こうじ焼 白和え 茶碗蒸し 水ようかん	ちりめん山椒ご飯 ほっけの照焼 いんげんの和え物 吸物(花ふ) おはぎ	栗ご飯 鶏のみぞれ煮 南瓜煮つけ 茶碗蒸し メロン	鰻井 ほうれん草の浸し 素麺汁 小豆寒天
カロリー	516 kcal	584 kcal	577 kcal	416 kcal	527 kcal	435 kcal
日付	27日	28日	29日	30日		
昼食	ごはん 鱈の南蛮漬け 白菜和え物 むらくも汁 白桃缶	ごはん 白身魚のカレームニエル さつま芋サラダ グリーンピースのスープ 洋梨缶	ごはん 鶏のピカタ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ みかん缶	ごはん ハンバーグ スパゲティサラダ ミルクスープ パイナップル		
カロリー	632 kcal	606 kcal	489 kcal	616 kcal		