

10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 | | | | | | 1日 |
| 昼食 | | | | | | 赤飯 あじの塩焼き きんぴらごぼう かき卵汁 キウイ |
| カロリー | | | | | | 468 kcal |
| 日付 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 |
| 昼食 | さつまいもご飯 鯖の味噌煮 春菊辛子和え 粕汁 りんご | ごはん 野菜炒め ポテトサラダ 味噌汁(麩) 黄桃缶 | チャーハン 焼き餃子 たまごスープ デザートムース | ごはん 鶏のピカタ さつま芋サラダ コンソメスープ 甘夏缶 | ごはん 柳川風煮 小松菜浸し のっぺい汁 白桃缶 | ごはん さけのオープン焼き ブロッコリーのサラダ コーンスープ みかん缶 |
| カロリー | 584 kcal | 509 kcal | 465 kcal | 567 kcal | 423 kcal | 657 kcal |
| 日付 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 |
| 昼食 | ごはん カレイの野菜のせ チキンサラダ ミルクスープ パイナップル | ごはん 豚の塩麹炒め きゃべつの煮浸し 味噌汁(かぼちゃ) オレンジ | きのこご飯 ほっけの塩焼き 白和え 吸物(花ふ) みかん缶 | オムライス スパゲティサラダ コーンスープ バナナ | ごはん 鱈の南蛮漬け いんげんの和え物 うすくず汁 洋梨缶 | ごはん 鶏の照焼 おから 味噌汁(素麺) パイ缶 |
| カロリー | 461 kcal | 426 kcal | 486 kcal | 674 kcal | 608 kcal | 503 kcal |
| 日付 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 |
| 昼食 | ごはん ハンバーグ 大豆サラダ 春雨スープ 黄桃缶 | ごはん サンマの塩焼き 白菜のかつお和え 豚汁 キウイ | ごはん あじのごま酢煮 かぼちゃのいとこ煮 沢煮椀 甘夏缶 | ごはん 八宝菜 えびシュウマイ 中華風コーンスープ デザートムース | ハヤシライス ブロッコリーのかにかまサラダ フルーツヨーグルト | ごはん さけのクリームソースかけ いんげんとツナのサラダ 野菜スープ 白桃缶 |
| カロリー | 579 kcal | 416 kcal | 540 kcal | 491 kcal | 589 kcal | 511 kcal |
| 日付 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 |
| 昼食 | ごはん 赤魚の野菜あんかけ 五目豆 吸物(はんぺん) オレンジ | ごはん 豚の生姜焼き ごぼうサラダ 味噌汁(たまご) 洋梨缶 | ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ わかめスープ みかん缶 | ごはん カレイの揚げ浸し 白菜煮浸し のっぺい汁 フルーツカクテル | えびピラフ チキンサラダ 人参スープ パイナップル | ごはん 鶏の唐揚げ ブロッコリーのサラダ 味噌汁 黄桃缶 |
| カロリー | 410 kcal | 509 kcal | 513 kcal | 554 kcal | 437 kcal | 595 kcal |
| 日付 | 31日 | | | | | |
| 昼食 | ごはん 鶏のみぞれ煮 ひじき豆 味噌汁(キャベツ・しめじ) パイ缶 | | | | | |
| カロリー | 498 kcal | | | | | |