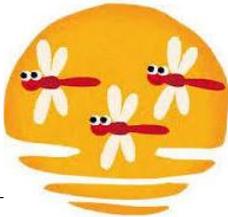


# 10月 予定献立表

長谷川病院 デイケアセンター

月	火	水	木	金	土
					1日 米飯 赤魚の塩麹ホイル焼き お豆サラダ 金平ごぼう 清まし汁 キャロットゼリー
					黒糖フークレエ
					エネルギー：744kcal タンパク質：26.2g
3日 米飯 ぶり大根 里芋炊き合わせ 茄子の中華浸し 味噌汁 果物	4日 さつま芋ご飯 豚とごぼうの卵とじ煮 大根の和え物 パンプキンサラダ 味噌汁 フルーツヨーグルト	5日 米飯 金目鯛の煮つけ 海草サラダ ナムル 清まし汁 果物	6日 米飯 スープカレー ごぼうと胡瓜のサラダ 長芋の梅酢和え 果物	7日 茄子のミートパゲッティ ジャーマンポテト風 小松菜のおかか和え 大根のポタージュ 果物	8日 海鮮中華丼 彩り野菜のグリル 野菜の炒り煮 味噌汁 フルーツヨーグルト
バナナムース	りんご杏仁	原宿ドッグ	もみじまんじゅう	ピーチゼリー	ミニメロンパン
エネルギー：701kcal タンパク質：23.1g	エネルギー：883kcal タンパク質：30.1g	エネルギー：600kcal タンパク質：24.5g	エネルギー：819kcal タンパク質：29.6g	エネルギー：802kcal タンパク質：23.5g	エネルギー：750kcal タンパク質：24.7g
10日 祝日	11日 ★天ぷら実演イベント★ 八街落花生入り赤飯 秋野菜の金平 鮭と旬野菜の天ぷら 小松菜とかぶの和え物 清まし汁	12日 ★天ぷら実演イベント★ 八街落花生入り赤飯 秋野菜の金平 鮭と旬野菜の天ぷら 小松菜とかぶの和え物 清まし汁	13日 米飯 チキンカレー ザンザンと水菜のサラダ アスパラと人参のチーズ焼き 玉ねぎと人参のスープ 果物	14日 味噌ラーメン 飲茶盛り合わせ もやしと青梗菜のナムル 果物	15日 2種のパン イタリアンハンバーグ ハムと野菜のマリネ マカロニサラダ コンソメスープ フルーツミックス
	南瓜のクリームパスタ	南瓜のクリームパスタ	コーヒーゼリー	桃山	人参ゼリー
エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：896kcal タンパク質：33.3g	エネルギー：896kcal タンパク質：33.3g	エネルギー：726kcal タンパク質：18.5g	エネルギー：810kcal タンパク質：30.3g	エネルギー：826kcal タンパク質：29.9g
17日 米飯 カツ煮 カニカマと大根サラダ 切干大根の煮物 清まし汁 果物	18日 米飯 麻婆豆腐 トマトとなすの和え物 温野菜の柚子味噌かけ 中華スープ 果物	19日 帯広ぶた丼 香味和風春雨サラダ 青菜とひじきのお浸し 味噌汁 果物	20日 米飯 鰯の南蛮漬焼き 刻昆布の煮物 ブロッコリーとかぶのソテー 味噌汁 フルーツヨーグルト	21日 おかめうどん 水菜と大根のサラダ えびと春雨の炒め物 果物	22日 米飯 鶏のみぞれ煮 人参のマリネサラダ 青梗菜とハムの中華和え 味噌汁 果物
ワッフル	オレンジゼリー	せんべい/ハッピーター	濃厚プリン	南瓜パイまんじゅう	たいやき
エネルギー：889kcal タンパク質：32.7g	エネルギー：649kcal タンパク質：22.9g	エネルギー：732kcal タンパク質：29g	エネルギー：798kcal タンパク質：28.2g	エネルギー：693kcal タンパク質：31.3g	エネルギー：882kcal タンパク質：25g
24日 発芽玄米ご飯 銀だらの西京漬け焼き 秋野菜の味噌あんかけ 温野菜のサラダ 清まし汁 フルーツミックス	25日 米飯 高野豆腐の炒め煮 大根の和風ツナサラダ 青梗菜とかぶのソテー 味噌汁 果物	26日 2種のパン 厚切りステーキのホトトギス サーモンマリネサラダ 秋の野草と椎茸のお浸し 果物	27日 米飯 かじきと椎茸の和焼き きゅうりの酢の物 さつま芋のレーズン煮 味噌汁 果物	28日 米飯 治部煮 揚げだし豆腐 小松菜のごま和え 味噌汁 果物	29日 オムカレー シルバーサラダ ほうれん草の辛子和え コンソメスープ ワイン寒とフルーツ
抹茶ババロア	シベリア	フルーツゼリー	水ようかん	里見の里	シュークリーム
エネルギー：776kcal タンパク質：23.2g	エネルギー：937kcal タンパク質：34.4g	エネルギー：790kcal タンパク質：22.7g	エネルギー：813kcal タンパク質：23.9g	エネルギー：841kcal タンパク質：30.2g	エネルギー：904kcal タンパク質：30.4g
31日 米飯 ★ハロウィンメニュー★ ハロウィンバーグパン キンソース ハロウィンチーズ サーモンとアボカドマリネ ネサラダ コンソメスープ					
パンプキンロールケーキ					
エネルギー：934kcal タンパク質：30g					