



予定献立表

長谷川病院 デイケアセンター

月	火	水	木	金	土
2日 ★やさいの旨みキ ッ ★ 雑穀米 鯖のバジルソース 春雨サラダ コンソメスープ りんごの赤ワイン煮	3日 ★お魚新レシピ♪★ ご飯 赤魚のガーリック醤油 マッシュポテト きのこサラダ 春雨とにら玉子スープ 季節のフルーツ	4日 ★お月見御膳★ 栗ごはん 鶏肉の梅肉焼き 炊き合わせ 十五夜デザート	5日 ★ご飯がススム★ 黄金のぶた丼 冷奴 みそ汁 ぶどうゼリー	6日 ★ほっこり母の味★ ご飯 ぶりの照り焼き 五色和え 豚汁 季節の果物	7日 ★究極の黄金比♪★ 2種のパン ハニーマスタードチキン 人参と胡瓜マヨネーズサラダ とまとスープ フルーツミックス
もみじまんじゅう	抹茶水ようかん	焼きたて杓杓焼き芋	安納芋のパルフェ	黒糖まんじゅう ミニ大福	かぼちゃチーズケーキ
エネルギー：852kcal タンパク質：29.5g	エネルギー：879kcal タンパク質：26g	エネルギー：810kcal タンパク質：24.3g	エネルギー：847kcal タンパク質：35.8g	エネルギー：865kcal タンパク質：33.6g	エネルギー：857kcal タンパク質：27.5g
 10日 ★目の愛護デー★ ご飯 酢豚 五目金平煮 みそ汁 ブルーベリーゼリー	11日 ★サクッとが自慢 野菜のかき揚げそば れんこんサラダ 季節の果物	12日 ★健康御膳★ 麦ごはん 鱈のさっぱり梅煮 揚げ野菜の漬け浸しのっぺい汁 フルーツ盛り合わせ	13日 ★秘伝のソース★ ご飯 カレイのソテー ～和風ソース～ コーンサラダ 貝沢山！さつま汁 はちみつパンゼリー	14日 ★しっとり和定食★ 栗ごはん 牛肉のしぐれ煮 さつまいもの白和え みそ汁 季節の果物	
	さつまいも蒸しパン	一口おはぎ	手作り芋ようかん	豆腐プリン信玄風	りんごのタルト
	エネルギー：801kcal タンパク質：26.6g	エネルギー：727kcal タンパク質：21.6g	エネルギー：791kcal タンパク質：31.2g	エネルギー：836kcal タンパク質：36.2g	エネルギー：884kcal タンパク質：31.4g
16日 ★パンパンパンキン ン ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 白菜の煮びたし 乳酸菌飲料	17日 ★ちゅちゅ中華～★ ご飯 江戸の手作り天津♪ 野菜炒め シュウマイ 食後のフルーツ	18日 ★ゾウーおいしい！★ ご飯 チキン南蛮 海草サラダ 貝たくさん豚汁 季節の果物	19日 ★ごはんがススム★ ご飯 タラの味噌焼き 筍のピリ辛炒め煮 水菜のサラダ 清まし汁 フルーツヨーグルト	20日 ★隠し味は・・・★ ご飯 鶏肉西京焼き 揚げなすのさっぱり和 けんちん汁 ぶじりんごゼリー	21日 ★ほっ…と和食★ ご飯 めばるの和風マリネ 筑前煮 きゅうりの塩昆布和え みそ汁 季節の果物
とろけるからいすぽてト	ワッフル	きんとんパイ	おはぎ	かぼちゃチーズケーキ	ミルクパイまんじゅう
エネルギー：892kcal タンパク質：31.8g	エネルギー：738kcal タンパク質：27.2g	エネルギー：744kcal タンパク質：31.6g	エネルギー：790kcal タンパク質：38.8g	エネルギー：904kcal タンパク質：32.9g	エネルギー：825kcal タンパク質：32.2g
23日 ★森のシチュー屋さん 3種のパン 農園の芋ジャム ほんわかシチュー 温野菜のサラダ マチェドニア	24日 ★定番！おいしい★ おかめうどん さつまいもの白和え 季節の果物	25日 ★季節到来!!!★ ご飯 だしが決め手のおでん ほうれん草おかか和え みそ汁 果物盛り合わせ	26日 ★老舗の洋食屋さん★ オムハヤシ フレンチサラダ ジュリエンヌスープ ストロベリージョア	27日 ★大人気メニュー★ 大根の炊き込みご飯 鯖の味噌煮 白菜の柚香和え みそ汁 季節の果物	28日 ★サクッカラッ♪★ ご飯 サクッ♪鶏唐揚げ 貝たくさん豚汁 つぼ漬け フルーツミックス
焼きドーナツ	パン・オ・ショワ	シベリア	農園の甘い焼き芋	マーブル蒸しパン	原宿ドッグ
エネルギー：716kcal タンパク質：24.5g	エネルギー：716kcal タンパク質：27.4g	エネルギー：864kcal タンパク質：39.5g	エネルギー：871kcal タンパク質：25g	エネルギー：792kcal タンパク質：25g	エネルギー：819kcal タンパク質：25.8g
30日 ★手作りのゾウー♪★ ご飯 手作りメンチカツ 春雨サラダ みそ汁 季節のフルーツ	31日 ★ハロウィン★ ライス ハロウィンバーグ パンプキンサラダ コンソメスープ はちみつパンゼリー				
スイートポテト	かぼちゃのマフィン				
エネルギー：737kcal タンパク質：19.3g	エネルギー：844kcal タンパク質：22.2g				