



【 献立表 】



令和5年10月1日～10月14日

法人社団 永進会 介護老人保健施設 ユーアイピラ

	10月1日(日曜日)	10月2日(月曜日)	10月3日(火曜日)	10月4日(水曜日)	10月5日(木曜日)	10月6日(金曜日)	10月7日(土曜日)
朝	ロールパン 野菜のチャウダー さいころサラダ 洋ナシ缶 ヤクルトカロリー-half	塩雑炊 いわしの梅煮 三色豆 桃缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 厚揚げの煮付け 白菜なめ茸和え でんぶ 味噌汁(にら玉) ヤクルトカロリー-half	鮭雑炊 さかな団子と大根の味噌煮 昆布豆 マンゴー缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 葱入り厚焼きたまご 桜芋 味の花 味噌汁(たまご・青梗菜) ヤクルトカロリー-half	しらす雑炊 いんげんのひき肉味噌いため 金時煮豆 パイナップル缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 鶏肉白菜のソテー 茄子の忘れ煮 のり佃煮 味噌汁(青梗菜・人参) ヤクルトカロリー-half
昼	米飯 豚肉と野菜の生姜炒め 大根サラダ コンソメスープ 桃缶	米飯 牛肉とブロックリーのカキ油炒め 小松菜の生姜醤油和え 味噌汁(たまご・水菜) オレンジ	ぼくだん丼 大根と車麩の煮物 赤だし(なめこ) ラ・フランス(洋梨)	秋の野菜カレー スクランブルエッグサラダ 牛乳 アロエ缶	米飯 カレイの中華蒸し ささみと胡瓜の胡麻だれ和え 味噌汁(豆腐・長ネギ) みかん缶	梅しそご飯 油淋鶏 (中華風から揚げの甘酢だれ) 蕪の炒め煮 味噌汁(小松菜・麩) りんご缶	どんこつらー麺 南瓜しゅーまい バナナ
おやつ	おせんべい	小豆ミルク カントリーマアム	苺シュクレのプディング 手作り	ミルクティーゼリー 手作り	カフェオレミルク カントリーマアム	水ようかん 手作り	牛乳 マイケーキ バニラ
夕	米飯 サケの塩焼き 厚揚げチンゲンサイ煮 味噌汁(にら玉)	帆立ごぼん 豆腐の唐揚げ風ステーキ 肉野菜炒め 味噌汁(おくら・もやし)	米飯 鶏肉のさっぱり煮 キャベツの塩昆布漬け 春雨スープ	米飯 赤魚のもろみ焼き 白和え 味噌汁(生揚げ・もやし)	麦ご飯 豚肉とナス味噌炒め 五目とろろ② 吸物(そうめん・ねぎ)	米飯 でんぶ 鮭の黄身焼き 厚揚げチンゲンサイ煮 焼き豚スープ	米飯 イカのしょうが炒め いんげんのゴマ風味サラダ 味噌汁(じゃが芋・わかめ)
栄養分	I補給 - 1405kcal 食塩 6.3g	I補給 - 1498kcal 食塩 7.3g	I補給 - 1468kcal 食塩 7.1g	I補給 - 1486kcal 食塩 6.2g	I補給 - 1487kcal 食塩 7.1g	I補給 - 1481kcal 食塩 6.3g	I補給 - 1469kcal 食塩 8.0g

	10月8日(日曜日)	10月9日(月曜日)	10月10日(火曜日)	10月11日(水曜日)	10月12日(木曜日)	10月13日(金曜日)	10月14日(土曜日)
朝	ロールパン コーンシチュー アスパラサラダ 洋ナシ缶 ヤクルトカロリー-half	豆乳雑炊 粉豆腐の炒り煮 昆布豆 りんご缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 いわしのかつお煮 キャベツのわさび醤油 でんぶ 味噌汁(豆腐・わかめ) ヤクルトカロリー-half	鮭雑炊 目玉焼き風 大豆五目煮 マンゴー缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 ツナとポテトの煮物 鶏肉辛子和え あみ佃煮 味噌汁(大根・人参) ヤクルトカロリー-half	味噌雑炊 きゃべつと竹輪の煮物 金時煮豆 マンゴー缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 舞茸とがんと煮物 白菜とさつま揚げの炒め煮 めかぶ佃煮 味噌汁(青梗菜・人参) ヤクルトカロリー-half
昼	ぎつね丼 焼き餃子 群雲汁 マンゴー缶	焼きそば 寄せ湯葉けんちん 中華風コーンスープ みかん缶	米飯 ししゃものピカタ かぶのえびあんかけ 味噌汁(生揚げ・もやし) マンゴー缶	ピザトースト♪ 豆腐サラダ おさつポタージュ アロエ缶	米飯 白身魚のチリソース かぶとベーコンのソテー 磯風味スープ バナナ	海鮮チャーハン 棒棒鶏(バンバンジー) 白菜の中華スープ 杏缶	ゆかりごぼん 鶏肉の粕焼き 豆腐チャンプルー 味噌汁(生揚げ・もやし) パイナップル
おやつ	バニラムース	抹茶オレ 小豆パイ	ぜんざい	よもぎようかん 手作り	カフェオレミルク おせんべい	キウイレアチーズケーキ 手作り	あんまん
夕	米飯 魚の香味焼き 煮奴 吸物(とろろ昆布)	米飯 鶏照り焼き 春菊のクルミ和え 味噌汁(麩・わかめ)	米飯 ふりかけ 豆腐の重ね蒸し 白菜梅しそ和え かき卵スープ	米飯 豚冷しゃぶ風 チンゲン菜とベーコンの煮物 味噌汁(キャベツ・揚げ)	米飯 サバの味噌煮 キャベツ豚煮物 豆腐のスープ	米飯 ふりかけ 肉豆腐 ひじきサラダ 味噌汁(にら玉)	米飯 カレイのゆずバター醤油 大根のたらこ和え 味噌汁(里芋・長ネギ)
栄養分	I補給 - 1467kcal 食塩 6.3g	I補給 - 1499kcal 食塩 7.9g	I補給 - 1492kcal 食塩 7.7g	I補給 - 1458kcal 食塩 6.2g	I補給 - 1498kcal 食塩 7.2g	I補給 - 1485kcal 食塩 7.3g	I補給 - 1471kcal 食塩 7.8g

都合により献立が変更する場合がございますがご了承ください(栄養課)