

【 献立表 】

令和5年11月1日～11月11日

医療法人社団 永進会 介護老人保健施設 ユーアイピラ



11月1日(水曜日)	11月2日(木曜日)	11月3日(金曜日)	11月4日(土曜日)
味噌雑炊 野菜炒め 桜漬け りんご缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 豚しょうが煮 小松菜の五目炒め でんぶ 味噌汁(わかめ・青梗菜) ヤクルトカロリー-half	塩雑炊 にしんの柔らか煮 中華くらげ マンゴー缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 粉豆腐の炒り煮 大根のかにあんかけ ふりかけ 味噌汁(もやし・おくら) ヤクルトカロリー-half
銀杏ご飯 カレイの山椒焼き 小松菜と菊のおひたし アロエ缶 味噌汁(もやし・にら)	トマトピラフのホワイトソースか スクランブルエッグサラダ みかん缶 牛乳	とりそぼろ丼 はんぺんの磯辺揚げ 味噌汁(なす・かいわれ) パイナップル	菜飯 鯖の焼き浸し じゃが芋の田舎煮 赤だし(わかめ・長ネギ) りんご
カフェオレミルク バームロール	手作り ぷるぷるよもぎ豆乳もち	ミニあんパン	ミルクティー プチケーキ
米飯 鶏肉とさつま芋の塩バター焼き 絹揚げと桜エビの卵とじ 吸物(とろろ昆布)	米飯 魚田【ぎょでん】 カニサラダ 吸物(豆腐)	米飯 やまかけ 鶏肉と根菜のゴマ味噌煮 吸物(水菜・花麩)	米飯 鶏肉のゆずバターソース 焼き豆腐含め煮 味噌汁(白菜・人参)
I初ギ - 1450kcal 食塩 6.4g	I初ギ - 1486kcal 食塩 6.8g	I初ギ - 1475kcal 食塩 5.8g	I初ギ - 1482kcal 食塩 8.7g

	11月5日(日曜日)	11月6日(月曜日)	11月7日(火曜日)	11月8日(水曜日)	11月9日(木曜日)	11月10日(金曜日)	11月11日(土曜日)
朝	ロールパン クリームシチュー ハムサラダ パイナップル缶 ヤクルトカロリー-half	しらす雑炊 かぼちゃそぼろ煮 昆布豆 りんご缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 五目厚焼きたまご 里芋の煮物 ふりかけ 味噌汁(なす・ねぎ) ヤクルトカロリー-half	ミルク雑炊 はんぺんとキャベツのバターソテ 五目煮豆 マンゴー缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 白滝とひき肉の煮物 おくら納豆 味噌汁(麩・わかめ) ゆずみそ ヤクルトカロリー-half	鶏雑炊 豆腐卵とじ 昆布豆 みかん缶 ヤクルトカロリー-half	米飯 いわしのレモン煮 キャベツ煮浸し 練り梅(減塩) 味噌汁(豆腐・わかめ) ヤクルトカロリー-half
昼	かしわ寿司 蕪の炒め煮 赤だし(豆腐・なめこ) 桃缶	米飯 鮭のワイン蒸し キャベツ炒め 味噌汁(もやし・水菜) みかん	米飯 えびと山芋の落とし揚げ 春菊と湯葉のお浸し 味噌汁(にら玉) 白桃缶	すき焼き風丼 豆腐サラダ 味噌汁(麩・わかめ) みかん缶	バタートースト 野菜のチャウダー チーズグリーンサラダ アロエ缶	ちゃんぽん風うどん 真薯のだしあんかけ バナナ	ハヤシライス 白菜サラダ マンゴー缶 牛乳
おやつ	おせんべい	シュークリーム	牛乳 バームロール	手作り ミルクレモンゼリー	抹茶オレ ウエハース	カットバウムクーヘン	手作り 黄な粉プリン
夕	米飯 サバの香り味噌焼き ひじき三杯酢(鶏肉) 吸物(そうめん・ねぎ)	米飯 鶏肉の梅ソース添え 厚揚げおろし和え 吸物(わかめ・麩)	米飯 ブリの照り焼き チンゲンサイなめ茸和え 吸物(豆腐)	米飯 赤魚のから揚げ 小松菜の卵とじ 味噌汁(大根・油揚げ)	麦ご飯 鶏肉のさっぱり煮 ごぼう土佐煮 味噌汁(もやし・にら)	米飯 サワラのとろろ蒸し 酢の物(きゅうり) 豆腐のスープ	米飯 白身魚の中華蒸し 山菜の煮物 味噌汁(小松菜・長ネギ)
栄養 分養	I初ギ - 1433kcal 食塩 6.5g	I初ギ - 1414kcal 食塩 6.4g	I初ギ - 1507kcal 食塩 7.2g	I初ギ - 1494kcal 食塩 5.6g	I初ギ - 1475kcal 食塩 7.1g	I初ギ - 1490kcal 食塩 6.7g	I初ギ - 1444kcal 食塩 7.3g

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)