



今月の献立表



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|--|--|---|---|---|
| <p>「新型コロナ感染拡大防止のためのお願い」</p> <ul style="list-style-type: none"> ●同居のご家族様以外の方との接触は可能な限り避けてください。やむを得ず接触があった場合には、スタッフへのお申し出をお願いいたします。場合により一定期間ご利用自粛をしていただくことがあります。 ●家庭内でもこまめに手洗いや消毒、換気をしてください。 ●37.5度以上の発熱、咳、咽頭痛および風邪症状等がある場合は利用をお断わりさせていただきます。 ●ご利用者様が接触者、濃厚接触者になった場合はご利用を控えていただきます。 ●同居のご家族様が接触者、濃厚接触者になった場合もご利用を控えていただき | | | | 1 (618kcal) | 2 (550kcal) | 3 (595kcal) |
| | | | | ご飯 豚肉のケチャップ炒め 白菜の胡麻和え 春雨の旨煮 味噌汁 りんごゼリー 和のパンケーキ | 親子丼 かぶのかにあんかけ ほうれん草の土佐和え 味噌汁 オレンジ 豆蒸しパン 玄米茶 | ご飯 赤魚のみそかけ 南瓜のごま煮 ゆず浸し コンソメスープ キウイフルーツ バナナカステラ |
| 4 | 5 (657kcal) | 6 (584kcal) | 7 (597kcal) | 8 (697kcal) | 9 (640kcal) | 10 (733kcal) |
| | | | | Tea time week | | |
| | チキンカレー <small>スタッフエンドウの卵とじ</small> 春雨サラダ 福神漬 らっきょう オレンジ カスタードワッフル | ご飯 ホキの柚香焼き ほうれん草の炒め物 かにマヨサラダ 味噌汁 バナナ バームクーヘン | ご飯 豚肉の卸しだれ 卵の花の炒り煮 なめ茸和え 味噌汁 キウイフルーツ あん巻き | ご飯 チキンかつ玉とじ 五目煮 もずく酢 味噌汁 オレンジ ココア蒸しパン | 松花堂弁当 梅しらす御飯 おきめ鯛の漬焼き 炊き合わせ キャベツの甘酢和え かきたま汁 梨 ぶどう フルーツあんみつ | ご飯 豚の塩だれ焼き ひじきの炒り煮 ポテトサラダ けんちん汁 バナナ ドーナッツ 玄米茶 |
| 11 | 12 (641kcal) | 13 (670kcal) | 14 (616kcal) | 15 (567kcal) | 16 (655kcal) | 17 (548kcal) |
| 介護相談日 | ご飯 豚の生姜焼き 南瓜の昆布煮 <small>ほうれん草のカニカマ和え</small> コーンポタージュスープ キウイフルーツ いちごスペシャル | おにぎり ぶっかけ細うどん ピーマンの炒め煮 ごぼうのごまサラダ 牛乳寒天 カステラ | ご飯 鱈の南蛮漬 揚げナス煮 白菜のみょうが和え 白味噌汁 バナナ フルーチェ | 敬老会 散らし寿司 切干大根の煮物 小松菜のゆず浸し 赤だし キウイフルーツ 紅白まんじゅう | ご飯 鶏の味噌漬け焼き 汁ビーフン 酢の物 ニラスープ オレンジ 薄皮ピーナッツパン | ご飯 カレイのムニエル タルタルソース じゃが芋の旨煮 アスパラの和風サラダ 味噌汁 梨 黒糖蒸しパン |
| | 18 | 19 (850kcal) | 20 (582kcal) | 21 (689kcal) | 22 (711kcal) | 23 (644kcal) |
| | 敬老お祝い御膳 | カレンダー作り | | | | |
| | 赤飯 鶏の照り焼き 秋野菜のかき揚げ 紅白なます 清汁 メロン クリームコンフェ | ご飯 魚の野菜あんかけ ひじきの炒め煮 白菜のおかか和え コーンスープ キウイフルーツ どら焼き 玄米茶 | ご飯 豚の山椒煮 蓮根のピリ辛煮 春雨の酢の物 味噌汁 紅茶ゼリー フチケーキ | ご飯 といてん 炒めなます ほうれん草のお浸し 味噌汁 オレンジ 手作りようかん | ご飯 白身魚の生姜醤油焼き 厚揚げと茄子の煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 バナナ スイスロール | ハヤシライス 野菜ソテー タラモサラダ 福神漬 らっきょう キウイフルーツ フルーツヨーグルト |
| 25 | 26 (729kcal) | 27 (720kcal) | 28 (626kcal) | 29 (615kcal) | 30 (749kcal) | |
| 介護相談日 | ご飯 鯖の味噌煮 南瓜の含め煮 めかぶ酢 味噌汁 ヨーグルト風ムース 黒糖まんじゅう 玄米茶 | 松花堂弁当 きのこご飯 鶏肉のはちみつレモン煮 柚子田楽 大根の昆布和え 清汁 オレンジ バナナ 薄皮クリームパン | おにぎり 五目そば 里芋と平天の旨煮 野菜の胡麻和え キウイフルーツ 人参蒸しパン | ご飯 ヒラスのバター醤油焼 春雨の卵とじ ツナマヨ和え ジンジャースープ リンゴ フッセ | ご飯 鶏の唐揚げネギソースかけ 蓮根の金平 ほうれん草和え 味噌汁 オレンジ チーズ蒸しパン | 今月のスマイル大賞  マスク越しに伝わる笑顔 ありがとうございます! |

カロリーは普通食の昼食とおやつ合計を表示しています。メニュー、行事はやむを得ず変更になる場合がありますがご了承ください。