



食事献立表



所沢やすらぎの里デイサービスセンター

10月12日 月	10月13日 火	10月14日 水	10月15日 木	10月16日 金	10月17日 土
スポーツの日 🏆	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯(A)	ご飯
松茸風味ご飯 🍄	味噌汁 🍲	すまし汁 🍲	味噌汁 🍲	味噌汁 🍲	中華スープ 🍲
すまし汁 🍲	A 牛肉甘辛煮	A あじの竜田揚げ	A 白身魚のホイル焼き風	A 厚揚げとかにかまの炒め煮	A 白身魚の葱味噌焼き
えびフライとチキンカツ	B たらのムニエルタルタルソース	B デミグラスハンバーグ	B 鶏肉のマヨネーズ焼き	B 焼きそば	B 酢鶏
大根と柿のなます	茄子の香味炒め	がんもの煮物	カリフラワーのかにかまあんかけ	いんげんサラダ	大豆の煮物
マロンババロア	キャベツのサラダ	フロッコリーの辛しマヨ和え	野菜サラダ	りんご缶 🍏	胡瓜のみぞれ和え
栄養成分	栄養成分	栄養成分	栄養成分	栄養成分	栄養成分
エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)
たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)
塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)
おやつ ねりきり	おやつ 抹茶ゼリー	おやつ フォッシュクリーム	おやつ どん焼き	おやつ カスタードケーキ	おやつ カステラ
10月19日 月	10月20日 火	10月21日 水	10月22日 木	10月23日 金	10月24日 土
ご飯	きのこご飯 🍄	菜飯(A)	ご飯	ご飯	ご飯
味噌汁 🍲	味噌汁 🍲	すまし汁(A)	味噌汁 🍲	コンソメスープ 🍲	味噌汁 🍲
A あじの中華あんかけ	A 鶏肉のピカタ	A 野菜のかき揚げと竹輪の天ぷら	A 鶏肉のマスタード焼き	A キーマカレー	A あじの煮付け
B 豚肉の生姜焼き	B 白身魚の南蛮漬け	B きつねうどん (菜飯付)	B 白身魚の粕漬け焼き	B えびカツ	B 鶏の唐揚げ
里芋の土佐煮	冬瓜のそぼろ煮	レバニラ炒め	舞茸とチンゲン菜の炒め物	大根の和風サラダ	シュウマイ
ほたて風味サラダ	白菜のお浸し	小松菜の酢味噌和え	ひじきサラダ	カクテル缶	もやしの和え物
栄養成分	栄養成分	栄養成分	栄養成分	栄養成分	栄養成分
エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)
たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)	たんぱく (g)
塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)
おやつ バナナかすてら	おやつ 青りんごゼリー	おやつ パウムクーヘン	おやつ 紅茶ケーキ	おやつ たいやき	おやつ コーヒー饅頭

※都合によりメニューを変更する場合がございますのでご了承ください