令和8年11月 デイサービスさくら献立表

SAKURA さくら

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2日	**3日**	**4日**	**5日**	**6日**
＊石狩鍋風煮 ＊こんにゃくの柚子和え ＊佃煮 ＊ご飯 ＊吸い物 <449kcal>	✿文化祭✿ 【精進料理】 <662kcal>	＊豚バラと冬瓜の旨煮 ＊大根葉の和え物 ＊豆の甘煮 ＊ご飯 ＊味噌汁 <517kcal>	＊焼きうどん ＊南瓜サラダ ＊フルーツ おにぎり（おかか） ＊乳酸菌飲料 <615kcal>	＊シルバーの塩麹焼き ＊白滝のたらこ煮 ＊大根とレモンの和え物 ＊ご飯 ＊味噌汁 <460kcal>
おやつ　プリンアラモード <125kcal>	おやつ　フルーツようかん <85kcal>	おやつ　チョコレートパンケーキ <118kcal>	おやつ　ヨーグルトケーキ <105kcal>	おやつ　肉まん <134kcal>
9日	**10日**	**11日**	**12日**	**13日**
＊鶏の塩唐揚げ ＊さつま芋の甘煮 ＊インゲンの海苔和え ＊ご飯 ＊味噌汁 <551kcal>	＊ハヤシライス ＊ブロッコリーと玉子のサラダ ＊福神漬け ＊フルーツ ＊野菜ジュース <548kcal>	＊天津飯 ＊焼き餃子 ＊もやしの中華和え ＊漬け物 ＊きのこスープ <508kcal>	✿七五三✿ 【握り寿司バイキング】	＊豆腐ステーキの きのこあんかけ ＊茄子の揚げびたし ＊フルーツ ＊ご飯 ＊味噌汁 <456kcal>
おやつ　バナナあんどら焼き <134kcal>	おやつ　パンナコッタ <140kcal>	おやつ　シフォンケーキ <95kcal>	おやつ　二色ういろう <105kcal>	おやつ　スイートポテト <148kcal>
16日	**17日**	**18日**	**19日**	**20日**
＊鶏のパン粉焼き ＊金平レンコン ＊酢味噌和え ＊ご飯 ＊吸い物 <474kcal>	＊ささみロールカツ ＊煮味噌 ＊きのこのピリ辛和え ＊ご飯 ＊吸い物 <453kcal>	＊けんちんそば ＊干し海老のかき揚げ ＊胡瓜とイカの酢の物 ＊フルーツ ＊小盛ご飯 <431kcal>	＊白身魚のマヨネーズ焼き ＊トマトとコーンの洋風和え ＊フルーツ ＊ご飯 ＊コンソメスープ <439kcal>	＊豚の青じそ焼き ＊切干大根の五目煮 ＊きのこと茄子の辛子和え ＊ご飯 ＊味噌汁 <481kcal>
おやつ　✿さくらクッキング✿ （ごへいもち作り） <141kcal>	おやつ　抹茶ババロア <165kcal>	おやつ　ココア蒸しパン <121kcal>	おやつ　レモンケーキ <147kcal>	おやつ　甘酒とあられ <124kcal>
23日	**24日**	**25日**	**26日**	**27日**
＊カレーライス（ポーク） ＊マカロニサラダ ＊らっきょう漬け ＊フルーツ ＊野菜ジュース <622kcal>	＊鮭の柚香焼き ＊筑前煮 ＊春雨の酢の物 ＊ご飯 ＊味噌汁 <438kcal>	＊秋野菜の味噌煮込み ハンバーグ ＊菜の花の辛子和え ＊フルーツ ＊ご飯 ＊吸い物 <540kcal>	＊鶏のはちみつ焼き ＊人参しりしり ＊山菜和え ＊ご飯 ＊味噌汁 <433kcal>	✿誕生日会✿ ＊カキフライのタルタルソースかけ ＊大豆とベーコンのトマト煮 ＊ブロッコリーのカルパッチョ和え ＊フルーツゼリー　＊ご飯 ＊豆乳スープ <633kcal>
おやつ　2色ピーチゼリー <88kcal>	おやつ　みたらし団子 <134kcal>	おやつ　みるくもち <116kcal>	おやつ　鬼まんじゅう <137kcal>	おやつ　誕生日プレート <116kcal>
30日				
＊豚肉ともやしの塩だれ炒め ＊とろろ芋 ＊小松菜のお浸し ＊麦ご飯 ＊味噌汁 <530kcal>				
おやつ　抹茶水ようかん <72kcal>				

≪厨房からのお知らせ≫

3日(火)は文化祭を開催いたします。お昼ご飯はたっぷりの野菜や大豆製品を使用した精進料理をご用意いたします。
おやつは手作りのフルーツようかんです。目で見ても楽しめる食事となっておりますので、お楽しみに♪
12日（木）は握り寿司バイキングを予定しています。
まぐろやはまちはもちろん、巻き寿司、稲荷寿司など様々なネタのお寿司を用意しておりますので、
お好きなものをたくさん召し上がってください♪
おやつは手作りのういろうをご用意いたします。今月の行事食もお楽しみに✨







※ここに記載されている栄養価計算は常食の数値です。

＊材料の仕入れの状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください