

令和8年9月



デイサービスさくら献立表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1日	2日	3日	4日
	* 栗ご飯 * カキフライ * 焼き茄子 * 大根葉の和え物 * 味噌汁 ＜504kcal＞ おやつ フルーツポンチ ＜104kcal＞	* 五目野菜の中華風煮 * もやしの中華和え * フルーツ * ご飯 * きのこスープ ＜408kcal＞ おやつ りんごケーキ ＜165kcal＞	* きしめん * メンチカツ * 大根のレモン酢 * フルーツ * 小盛ご飯 ＜481kcal＞ おやつ あん生クレープ ＜159kcal＞	日本昔ばなしの日 【金太郎】 ＜512kcal＞ おやつ 金太郎の くまさんロールケーキ ＜160kcal＞ 
7日	8日	9日	10日	11日
* チキン南蛮 * カリフラワーの和風和え * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 ＜582kcal＞ おやつ アーモンドケー キ ＜142kcal＞	* 鮭のちゃんちゃん焼き * 竹の子の土佐煮 * フルーツ * ご飯 * 吸い物 ＜429kcal＞ おやつ あんまき ＜114kcal＞	* 豚肉の山椒焼き * さつま芋サラダ * 佃煮 * ご飯 * けんちん汁 ＜549kcal＞ おやつ ホットケーキ ＜114kcal＞	* 海老チリソース * チヂミ * フルーツゼリー * ご飯 * わかめスープ ＜475kcal＞ おやつ ジャム蒸しまんじゅ う ＜131kcal＞	* 太刀魚の塩焼き * 煮味噌 * 冷奴 * ご飯 * 吸い物 ＜504kcal＞ おやつ スイートポテト ＜150kcal＞
14日	15日	16日	17日	18日
* カレーライス（ポーク） * ブロッコリーとツナのサラダ * 福神漬け * フルーツ * 野菜ジュース ＜574kcal＞ おやつ 2色ピーチゼ リー ＜92kcal＞	* 豆腐ハンバーグの きのこあんかけ * キャベツとハムのゴマドレ和 え * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 ＜418kcal＞ おやつ ところてん ＜26kcal＞	 敬老祝賀会食 【手巻き寿司定食】 ＜648kcal＞ おやつ ほうじ茶クッ キー ＜192kcal＞	* 鶏肉のハニーマスタード焼き * じゃが芋のクリーム煮 * トマトの和え物 * ご飯 * コンソメスープ ＜472kcal＞ おやつ みたらし団子 ＜134kcal＞	* 鰯の梅煮、ゴボウの煮物 * 酢味噌和え * 漬け物 * ご飯 * 吸い物 ＜426kcal＞ おやつ ウィンナーパイ ＜141kcal＞
21日	22日	23日	24日	25日
* 豆腐とひき肉の中華風丼 * きくらげと竹の子の オイスター炒め * 大根サラダ * 漬け物 * 春雨スープ ＜464kcal＞ おやつ お好み焼き ＜121kcal＞	🌸誕生日会🌸 * ハンバーグのデミグラスソースか け * トマトのマリネ * 大豆とベーコンのコンソメ煮 * フルーツゼリー * ご飯 * オニオンスープ ＜589kcal＞ おやつ 🍰誕生日プレート 🍰 ＜134kcal＞	* 鯖の味噌煮、大根の味噌煮 * おからサラダ * 漬け物 * ご飯 * 吸い物 ＜546kcal＞ おやつ お彼岸おはぎ ＜101kcal＞	* 玉子あんかけうどん * 野菜炒め * もずくと人参の酢の物 * フルーツ * 小盛ご飯 ＜432kcal＞ おやつ ごへいもち ＜141kcal＞	* 豆腐ステーキの そぼろあんかけ * もやしのしそ和え * 大学芋 * ご飯 * 味噌汁 ＜508kcal＞ おやつ マーマレードケー キ ＜141kcal＞
28日	29日	30日	《厨房からのお知らせ》 今月の行事食は4日（金）に日本昔ばなしの日があります。 今回のテーマは「金太郎」です。金太郎の話をイメージして作った料理や おやつを提供します。どんな料理なのかはお楽しみに♪ 16日（水）は敬老祝賀会食があります。手巻き寿司を皆様に巻いて 召し上がっていただきます。まぐろやサーモンなど様々な具材を用意します ので お好きな具材を巻いて自分好みの手巻き寿司を作ってください！ 今月の行事食もお楽しみに♪	
* メヌケの煮付、冬瓜の煮物 * 枝豆とコーンのゴマドレ和え * 漬け物 * ご飯 * 味噌汁 ＜466kcal＞ おやつ 抹茶あんどう焼 き ＜131kcal＞	* 豚肉と竹の子の塩だれ炒め * ほうれん草のお浸し * フルーツ * ご飯 * 豆乳スープ ＜455kcal＞ おやつ パンナコッタ ＜139kcal＞	* 白身魚の梅しょうゆ焼き * 根菜の煮物 * 胡瓜の昆布和え * ご飯 * 味噌汁 ＜432kcal＞ おやつ いももち ＜110kcal＞		

※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