

令和6年9月献立表

おでかけ専科デイサービスかたかご

月	火	水	木	金	土/日
					1
2	3	4	5	6	7/8
* 麦ご飯 * とろろ * 鶏肉の七味焼き * サツマイモの煮物 527kcal 3.2g	* 鶏肉のマスタード焼き * きのごソテー * キャベツのゆかり和え 580kcal 3.1g	* 豚肉の味噌焼き * 大根の煮物 * オクラの和え物 562kcal 3.7g	* 魚のチリソース * 里芋のそばろ煮 * ブロッコリーの胡麻和え 581kcal 3.5g	* つくね * 五目煮豆 * 梅肉和え 562kcal 3.6g	
9	10	11	12	13	14/15
* 豚肉ときのこのポン酢炒め * 菜種和え * 里芋の白煮 538kcal 3.6g	* カレーライス * サラダ * フルーツ * スープ 574kcal 3.8g	* コロッケ * マカロニサラダ * ひじきの煮物 584kcal 3.1g	* 豚肉と厚揚げの味噌炒め * 胡瓜とちくわの和え物 * 南瓜の煮物 577kcal 3.7g	* エビカツ * ナムル * レンコンと豚肉の炒め物 570kcal 3.2g	
16 (敬老の日)	17	18	19	20	21/22
* 油揚げ包みの甘辛煮 * 小松菜の磯辺和え * 人参の炒め物 510kcal 3.1g	* 鶏肉のきのこあんかけ * サツマイモ団子 * 豆サラダ 568kcal 3.4g	* 豚肉丼 * さつま揚げと白菜の煮物 * 浅漬け 530kcal 3.5g	* チキンカツ * 長芋の漬物 * こんにゃくの田楽 570kcal 3.2g	* カリカリポテから * 白菜のうま煮 * 人参とツナのサラダ 570kcal 3.5g	
23 (振替休日)	24	25	26	27	28/29
* 魚のフライ * 切干し大根 * 長芋と胡瓜の酢の物 530kcal 3.2g	* カニ玉 * チンゲン菜の炒め物 * 春雨サラダ 540kcal 3.9g	* 鶏肉の照り焼き * 切昆布の煮物 * 梅大根 554kcal 3.6g	* ハンバーグ * ポテトサラダ * ほうれん草のソテー 564kcal 3.7g	* ポーク焼き * ブロッコリーのカニあん * 和え物 573kcal 3.3g	
30					
* 鶏肉のおろしソース * サツマ芋のサラダ * 白菜とベーコンのコンソメ煮 566kcal 3.1g					

※食材の内容によっては献立の変更があります。

まだまだ暑い日が続くので
体調管理に気をつけて過ごしましょう