2026

11月の献立

松葉園デイサービス

日付	曜日	昼食	熱量kcal	３時おやつ	熱量kcal
2	月	カレーうどん・焼売・フルーツ（パイン缶）	551	抹茶パンケーキ	63
3	火	ゆかり御飯・かれいのみぞれ煮・厚揚げときのこの炒め物・ヨーグルト・豚汁	551	黒糖饅頭	90
4	水	和風ハンバーグステーキ・スパゲティサラダ・いちごムース・味噌汁	629	チョコバウムクーヘン	65
5	木	秋の散らし寿司・油麩とじゃが芋の煮物・フルーツ（りんご缶）・具沢山味噌汁	479	モカロールケーキ	106
6	金	スパニッシュオムレツ・ピーマンのソテー・フルーツ（マンゴー缶）・クラムチャウダー	607	抹茶ムース	57
7	土	回鍋肉・中華奴・パインムース・中華スープ	630	マドレーヌ	79
9	月	赤魚のさらさ蒸し・しぎ茄子・ヨーグルト・けんちん汁	509	炭酸饅頭	65
10	火	鶏肉ときのこのバター醤油炒め・ほうれん草の白和え・りんごムース・味噌汁	547	ソフトサラダ	70
11	水	菜飯・擬製豆腐・切り干し大根の炒め物・ぎゅぎゅっとぶどうゼリー・つみれ汁	593	レモンケーキ	58
12	木	ビーフカレー・かぼちゃのサラダ・フルーツ（白桃缶）・コンソメスープ	669	かすてら饅頭	77
13	金	豚肉の旨塩炒め・なすのおろし和え・フルーツ（パイン缶）・具沢山味噌汁	604	りんごムース	56
14	土	さわらの西京焼き・さつま芋と昆布の煮物・プリンムース・味噌汁	588	バニラロールケーキ	106
16	月	さばの塩焼き・冬瓜の煮物・ヨーグルト・具沢山味噌汁	484	ケーキ	109
17	火	豚肉の味噌炒め・人参ソースで食べるサラダ・フルーツ（みかん缶）・のっぺい汁	657	きなこパンケーキ	62
18	水	ちゃんぽん・肉焼売・いちごムース	588	バウムクーヘン	74
19	木	豆腐チャンプル・ツナと菜の花のマヨ和え・フルーツ（りんご缶）・味噌汁	671	ドームケーキこしあん	99
20	金	かに玉・春巻き・もやしの和え物・春雨スープ	705	杏仁豆腐ムース	44
21	土	肉じゃが・ほうれん草のごま和え・パインムース・味噌汁	608	星たべよ	37
23	月	麻婆豆腐・春雨サラダ・フルーツ（マンゴー缶）・卵スープ	630	どら焼き抹茶あん	110
24	火	ゆかり御飯・千草焼き・レバニラ炒め・ぶどうムース・塩ちゃんこスープ	638	ドームケーキｶｽﾀｰﾄﾞ	116
25	水	たらのムニエル・ベーコンとｷｬﾍﾞﾂのソテー・フルーツ（白桃缶）・かぼちゃのスープ	586	きなこムース	63
26	木	カレーライス・彩りサラダ・フルーツ（りんご缶）・コンソメスープ	562	酒饅頭	76
27	金	あじの和風きのこソース・かぼちゃのいとこ煮・ヨーグルト・具沢山味噌汁	611	クリームパン	102
28	土	揚げ出し豆腐・ほうれん草のおかか和え・フルーツ（パイン缶）・味噌汁	476	みかんフルーチェ	42
30	月	豚肉の甘辛炒め・がんもの煮物・ぎゅぎゅっとぶどうゼリー・つみれ汁	652	いちごロールケーキ	103

※材料の都合により変更する場合があります