

2025

10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
1	水	ビーフカレー・コールスローサラダ・フルーツ・乳酸菌飲料	605	マドレーヌ・紅茶	79
2	木	バターライス・赤魚のアクアパッツァ・ジャーマンポテト・フルーツ・南瓜のスープ	570	抹茶パンケーキ ほうじ茶	61
3	金	ご飯・ミラノ風チキンカツ・ビーンズサラダ・ゼリー・クラムチャウダー	724	ドームケーキ・紅茶	116
4	土	ご飯・牛皿・温泉卵・デザート・つみれ汁	591	味噌饅頭・緑茶	61
6	月	ご飯・チーズハンバーグ・油麩とれんこんの煮物・お月見まんじゅう・芋煮汁	735	バナナクレープ 紅茶	83
7	火	味噌バターラーメン・春巻き・フルーツ	549	チョコパン ほうじ茶	102
8	水	ご飯・マーボー豆腐・ツナと白菜の和え物・デザート・ワンタンスープ	549	せんべい(ソフトサラダ) 緑茶	70
9	木	ご飯・スパニッシュオムレツ・真砂炒め・フルーツ・クラムチャウダー	622	コーヒート牛乳プリン	40
10	金	中華炊き込みご飯・豚肉と厚揚げの五目炒め・レバニラ・ゼリー・春雨スープ	615	ずんだどら焼き ほうじ茶	102
11	土	ご飯・エビフライ・メンチカツ・豆サラダ・デザート・クリームスープ	701	レモンケーキ・紅茶	58
13	月	ご飯・豚漬け・オクラの和え物・フルーツ・けんちん汁	579	蒸しパン・緑茶	125
14	火	さつま芋ご飯・かれいの煮付け・春菊の白和え・デザート・塩豚汁	540	きなこパンケーキ ほうじ茶	62
15	水	ご飯・肉じゃが・なすのポン酢和え・ヨーグルト・野菜を食べるスープ	602	きみしぐれ・緑茶	59
16	木	ゆかりご飯・ツナ入り卵焼き・鶏もつ煮・デザート・塩ちゃんこスープ	608	モカロールケーキ 紅茶	106
17	金	カレーライス・彩りサラダ・フルーツ・乳酸菌飲料	537	ピーチゼリー	42
18	土	チャーシュー丼・里芋のみそ田楽・フルーツ・野菜たっぷりスープ	613	せんべい(星食べ よ)・ほうじ茶	37
20	月	ご飯・豆腐のチャンプル・なすの煮浸し・フルーツ・ワンタンスープ	555	ケーキ・紅茶	109
21	火	ご飯・たらのタルタル焼き・玉葱のマリネ・ゼリー・南瓜のスープ	564	ドーナツ・ほうじ茶	73
22	水	豚丼・グリーンサラダ・フルーツ・のっぺい汁	583	バウムクーヘン 紅茶	74
23	木	ご飯・サーモンのソテーきのこソース・鶏もつ煮・フルーツ・野菜を食べるスープ	525	あんぱん・緑茶	103
24	金	ソース焼きそば・唐揚げ・ヨーグルト・わかめスープ	559	チョコクレープ ほうじ茶	86
25	土	ご飯・肉団子の甘酢炒め・白菜のゆかり和え・フルーツ・けんちん汁	519	みかんゼリー	43
27	月	ご飯・肉豆腐・ツナときゅうりの和え物・フルーツ・つみれ汁	641	炭酸饅頭・緑茶	65
28	火	天津飯・シュウマイ・青梗菜のナムル・春雨スープ	623	抹茶プリン	82
29	水	ご飯・さばの塩焼き・いかとほうれん草の酢味噌和え・フルーツ・のっぺい汁	517	人形焼き・ほうじ茶	111
30	木	ゆかりご飯・豆腐野菜バーグ・かに入りコロッケ・デザート・つみれ汁	602	黒糖蒸しパン・緑茶	125
31	金	オムライス・秋野菜のサラダ・パンプキンプリン・クラムチャウダー	608	バニラロールケーキ 紅茶	106

材料の都合により変更する場合があります