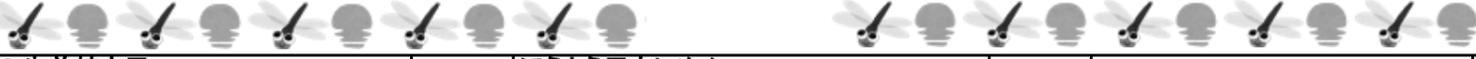


# デイサービスメロディ 令和3年10月 献立表

		ごはん食	I初キ	めん食	I初キ	おやつ	I初キ	
1	金	さわらの漬け焼き 切り干し大根煮 冷奴 さつま芋ご飯 味噌汁 漬物	513	肉そば 切り干し大根煮 冷奴 さつま芋ご飯(小) 漬物	531	盛り合わせ		
2	土	麻婆豆腐 じゃが芋の中華煮 わかめの酢の物 ご飯 中華スープ 漬物	532	月見きしめん じゃが芋の中華煮 わかめの酢の物 ご飯(小) 漬物	481	チョコチップバナナの焼菓子	76	
3	日							
4	月	さばのカレー南蛮漬け さつま芋の甘辛煮 ほうれん草のごま和え ご飯 味噌汁 漬物	533	ミートスパゲティ さつま芋の甘辛煮 ほうれん草のごま和え ご飯(小) 漬物	586	コーヒーゼリー	53	
5	火	ポークチャップ かぼちゃの洋風煮 カリフラワーのサラダ ご飯 コンソメスープ 漬物	597	味噌煮込み風うどん かぼちゃの洋風煮 カリフラワーのサラダ ご飯(小) 漬物	535	和栗のマドレーヌ	122	
6	水	鶏肉の治部煮風 さつま揚げの炒め物 小松菜のピーナッツ和え ご飯 和風スープ 漬物	520	焼きそば さつま揚げの炒め物 小松菜のピーナッツ和え 汁物 漬物	500	バームクーヘン	91	
7	木	たらのごま焼き 鶏レバーの甘辛煮 いんげんのおかか和え ご飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	548	カレーうどん 鶏レバーの甘辛煮 いんげんのおかか和え ご飯(小) フルーツ(みかん缶)	629	水ようかん	105	
8	金	ミックスフライ 人参しりしり 大根のゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物	516	きつねうどん 人参しりしり 大根のゆかり和え ご飯(小) 漬物	490	田舎まんじゅう		
9	土	ポークカレー ピーマンソテー キャベツのサラダ 福神漬け フルーツ(パイナップル)	530	かき揚げそば ピーマンソテー キャベツのサラダ ご飯(小) フルーツ(パイナップル)	543	かぼちゃプリン	78	
10	日							
11	月	豚肉の生姜焼き風 なすの土佐煮 チンゲン菜の磯和え ご飯 味噌汁 フルーツ(生オレンジ)	583	ほうとう風きしめん なすの土佐煮 チンゲン菜の磯和え ご飯(小) フルーツ(生オレンジ)	522	しっとりショコラケーキ	108	
12	火	赤魚の塩麹焼き ひじきの煮物 かぼちゃのサラダ ご飯 味噌汁 漬物	513	肉うどん ひじきの煮物 かぼちゃのサラダ ご飯(小) 漬物	599	レモンケーキ	65	
13	水	中華飯 シュウマイ ほうれん草のナムル かきたま汁 フルーツ(マンゴー)	634	とんこつラーメン シュウマイ ほうれん草のナムル ご飯(小) フルーツ(マンゴー)	539	苺のミルクプリン	52	
14	木	お楽しみ					栗田舎まんじゅう	
15	金	さばの味噌煮 卵の花 小松菜の辛子マヨ和え ご飯 すまし汁 漬物	524	たぬきそば 卵の花 小松菜の辛子マヨ和え ご飯(小) 漬物	536	抹茶ようかん	118	

# デイサービスメロディ 令和3年10月 献立表

		ごはん食	I礼ギ-	めん食	I礼ギ-	おやつ	I礼ギ-
16	土	牛肉とごぼうのしぐれ煮 ふろふき大根 白菜と塩昆布のサラダ ご飯 和風スープ 漬物	585	とろろうどん ふろふき大根 白菜と塩昆布のサラダ ご飯(小) 漬物	481	フルーツのパウンドケーキ	96
17	日						
18	月	鶏肉ときのこのピリ辛煮 れんこんきんぴら ほうれん草のおかか和え ご飯 味噌汁 漬物	570	しょうゆラーメン れんこんきんぴら ほうれん草のおかか和え ご飯(小) 漬物	512	バナナチョコチップ焼菓子	
19	火	エビチャーハン風炊き込みご飯 コロッケ チンゲン菜のナムル 中華スープ フルーツ(もも缶)	582	ナポリタンスパゲティ コロッケ チンゲン菜のナムル 汁物 フルーツ(もも缶)	600	かぼちゃようかん	103
20	水	さわらの味噌漬け焼き 五目豆 大根のゆかり和え ご飯 豚汁 漬物	518	あんかけうどん 五目豆 大根のゆかり和え ご飯(小) 漬物	545	よもぎまんじゅう	109
21	木	揚げ出し豆腐 かぼちゃのそぼろあん 玉ねぎのポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物	551	焼きそば かぼちゃのそぼろあん 玉ねぎのポン酢和え 汁物 漬物	472	ほうじ茶プリン	74
22	金	鶏肉の照り焼き 白菜の煮びたし ほうれん草のじゃこサラダ ご飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	585	とろろきしめん 白菜の煮びたし ほうれん草のじゃこサラダ ご飯(小) フルーツ(みかん缶)	522	もみじまんじゅう	107
23	土	あじの蒲焼き 根菜の煮物 ポテトサラダ ご飯 味噌汁 漬物	588	五目うどん 根菜の煮物 ポテトサラダ ご飯(小) 漬物	570	抹茶のロールケーキ	137
24	日						
25	月	たらふくニエル トマトソースがけ ほうれん草のソテー かぼちゃサラダ ご飯 コンソメスープ フルーツ(パイン缶)	542	鶏南蛮そば ほうれん草のソテー かぼちゃサラダ ご飯(小) フルーツ(パイン缶)	659	紫芋ようかん	92
26	火	和風ハンバーグ さつま芋の甘煮 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物	551	きつねうどん さつま芋の甘煮 白菜のお浸し ご飯(小) 漬物	505	リンゴゼリー	53
27	水	鶏もも肉の唐揚げ 卵の花 オニオンサラダ ご飯 味噌汁 漬物	594	カレーうどん 卵の花 オニオンサラダ ご飯(小) 漬物	593	人参のマドレーヌ	106
28	木	さばの塩焼き なすの煮びたし ひじきの白和え 炊き込みご飯 すまし汁 漬物	551	ほうとう風きしめん なすの煮びたし ひじきの白和え 炊き込みご飯(小) 漬物	548	パームクーヘン(チョコ)	90
29	金	ハヤシライス いんげんのソテー 海藻サラダ フルーツ(みかん缶)	626	魚天そば いんげんのソテー 海藻サラダ ご飯(小) フルーツ(みかん缶)	499	紅茶プリン	78
30	土	カツの卵とじ チンゲン菜の中華煮 豆サラダ ご飯 味噌汁 漬物	655	味噌煮込み風うどん チンゲン菜の中華煮 豆サラダ ご飯(小) 漬物	561	黒糖まんじゅう	107
31	日						