

10月~11月

デ イ ケ ア の 献 立

メモ		10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 鮭の粕漬け焼き 冷奴 豚肉のエリンギ炒め フルーツ	おにぎり 長崎チャンポン 餃子 杏仁豆腐	御飯 味噌汁 豚しゃぶ薬味サラダ 丸山の煮物 かぶの塩昆布和え フルーツ	御飯 味噌汁 鶏肉の生姜汁- 里芋のグラタン 小イカの煮付け フルーツ	炊き栗おこわ 味噌汁 海老等炊き合わせ 大根の酢物 春菊のおひたし フルーツ
	おやつ	牛乳 シュークリーム	牛乳 いちじくのムース	牛乳 甘藷入り羊羹	牛乳 南瓜プリン	牛乳 三色もち
エネルギー		970kcal	974kcal	924kcal	986kcal	893kcal
たんぱく質		38.8g	36.5g	35.7g	36.4g	31.1g