

9月

2024福祉 9月間献立カレンダー

株式会社オーシャン
タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金
	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
昼食	アジの山椒焼き さつまいもの甘煮 ほうれん草のゆず塩和え みそ汁	ハヤシライス ハムカツ フロッコリーのマヨサラダ フルーツ(ネーフル)	かき揚げうどん 香味シューマイ 白菜とわかめのサラダ フルーツ(バナナ)	ホキの正油焼き かぼちゃのレーズン煮 大根の土佐和え みそ汁	 収穫祭・秋祭
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 232/15.4/6.2/29.7/1.9	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 448/13.7/28.4/38.1/3.0	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 632/12.7/22.3/91.8/3.4	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 200/14.8/3.6/27.7/1.5	
	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日
昼食	赤魚のごま油焼き ひじきと大豆の炒り煮 オクラのなめ茸和え みそ汁	豚肉と大根の甘辛煮 スナッフエンドウのソテー なすの和え物 みそ汁	秋の湯葉丼 白菜と竹輪の煮物 つけもの みそ汁 ヨーグルト	アジの和風ソテー 車ぶの煮物 キャベツの塩昆布和え みそ汁	かき玉そば 焼いて食べる肉詰めいなり きゅうりの和え物 フルーツ(みかん缶)
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 200/17.1/8.5/14.6/2.2	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 246/13.5/15.5/15.6/1.8	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 205/10.4/6.4/27.6/2.7	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 256/17.0/11.2/21.2/1.7	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 439/19.6/8.8/70.1/2.7
	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
昼食	敬老の日 お赤飯 豚肉のすき煮 蒸シューマイ オクラとわかめのドレッシング和え みそ汁	白金タラの竜田焼き 花天とレンコンの煮物 インゲンの粒マスタードマヨ和え みそ汁	ささみフライ&枝豆コロッケ きんぴらごぼう キャベツとチーズの和え物 みそ汁	キーマ風カレー パンフキンキッシュ風 きゅうりのドレッシング和え フルーツ(キウイフルーツ)	チキンソテーカクテルソース 冬瓜のどろみ煮 人参のさっぱりサラダ みそ汁
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 323/16.8/16.2/29.3/3.4	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 276/13.9/14.5/23.9/2.4	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/11.0/14.7/30.9/2.2	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/10.8/18.7/29.6/3.4	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 244/14.0/13.9/17.4/1.8
	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日
昼食	秋分の日 ﾌﾘの煮付け キャベツの小海老炒め チンゲン菜のごま油和え みそ汁	カニトマトクリームスパゲッティ カリフラワーと魚肉ソーセージのサラダ スープ フルーツ(パイン缶)	第79回 カレーの日 	豚肉とキャベツの旨煮丼 ほうれん草とわかめの和え物 つけもの みそ汁 ヨーグルト	鳥取名物! どんとろけ飯 焼きサバの煮付け 白菜とさつま炒め きゅうりのわさび和え みそ汁 
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 200/17.9/8.0/14.6/2.2	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 498/16.7/11.8/83.5/4.5		kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 241/16.8/10.5/21.7/2.2	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/17.9/26.0/22.2/3.1
	9月30日	 <p>収穫祭・秋祭を 6日に予定しています</p>  <p>詳しくは こちら</p>			 QRコード
昼食	すき焼き風コロッケ ほうれん草とささみのソテー オクラの土佐和え みそ汁				
価養栄	kcal/ﾀｯﾊﾟ ｸﾞ/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/12.7/13.0/33.0/2.1	※都合により、献立を変更する 場合がございます。			