

～令和元年12月 お献立表(配食サービス)兼注文用紙～
(1日～15日)

【注文に関するお願い】

- ・夕食はデイサービスご利用日のみ、昼食はデイサービスご利用のない日にご注文いただけます。(月～土曜日※祝日含む)
- ・ご希望日の「個数」欄にご家族分(65歳以上の同居の方)もまとめてご記入ください。
- ・毎月、前月15日までに翌月1ヶ月分をご注文ください。**(11月15日までに12月分の1ヶ月分をご注文いただくことになります)**
- ・ご注文の際は、デイご利用時にこの注文用紙を当会職員にお渡しください。お帰りまでに、控えをお渡ししますので、確認用として保管ください。
- ・ご注文後の変更は、前日の午後5時まで下記までご連絡ください。
- ・配食サービスに関してご不明な点がございましたら、お気軽に下記までお問い合わせください。



【お問い合わせ先】 ☎ 072-288-2008 渉外相談課 稲葉

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	配食休み 	エビピラフ カスタードメンチ ツナサラダ キャベツのクリームスープ	ポークカレー 盛り合わせサラダ 福神漬&らっきょう オムレツ	鶏五目御飯 赤魚の西京焼き きんぴら大根 胡瓜としらすの酢の物 えび団子入り清まし汁	ご飯 八宝菜 大学芋 もやしの中華風和え ワンタンスープ	ご飯 いわしの梅しそフライ 麻婆春雨 焼きなす生姜醤油かけ 味噌汁(小松菜)
		I kcal - 604kcal 食塩 5.1g	I kcal - 627kcal 食塩 3.7g	I kcal - 443kcal 食塩 3.9g	I kcal - 575kcal 食塩 4.2g	I kcal - 570kcal 食塩 4g
夕食	ご飯 鶏肉のたれ焼き 大根のホタテ風味煮 春雨サラダ 中華スープ(たまご)	ご飯 さばの塩焼き ジャガイモのそぼろ煮 おくらのポン酢和え 味噌汁(もやし)	ご飯 牛すき煮 厚焼きたまご ブロッコリーのたらこマヨ和え 味噌汁(かぼちゃ)	ご飯 豚肉の生姜焼き 小松菜とさつま揚げの煮びたし おくらのわさび醤油和え 味噌汁(豆腐)	ご飯 カレイの明太焼き いんげんの甘辛炒め 大根とパプリカのサラダ(朝) 味噌汁(きぬさや)	ご飯 おでん ブロッコリーのごまサラダ キャベツの塩昆布和え 金時豆の甘煮
		I kcal - 533kcal 食塩 3.4g	I kcal - 540kcal 食塩 3.9g	I kcal - 596kcal 食塩 3.3g	I kcal - 565kcal 食塩 3.6g	I kcal - 462kcal 食塩 3.4g
個数						
	9	10	11	12	13	14
昼食	ご飯 お好み焼き 小松菜とミンチの炒め物 大根サラダ 味噌汁(きのこ)	配食休み 	ご飯 牛ステーキ 法蓮草とウイナーのソテー 盛り合わせサラダ コーンポタージュスープ	鮭ちらし寿司 豆腐焼売 小松菜のみぞれ和え 赤だし(なめこ)	ご飯 煮豚 さつま芋のママレード和え きゅうりの塩昆布和え 味噌汁(ごぼう)	オムライス ミニハンバーグ イタリアンサラダ かぼちゃのポタージュスープ
			I kcal - 595kcal 食塩 4g	I kcal - 640kcal 食塩 3.1g	I kcal - 528kcal 食塩 5g	I kcal - 644kcal 食塩 4.3g
夕食	ご飯 いわしのハンバーグ 冬瓜のえびあんかけ オクラなめたけ 赤だし(豆腐)	ご飯 麻婆豆腐 ニラともやしと卵の炒め物 白菜のゆかり和え チンゲン菜の中華スープ	ご飯 赤魚の煮付 豚バラ大根 キャベツの青じそ和え 味噌汁(白菜)	ご飯 ビーフシチュー カニクリームコロッケ ブロッコリーとツナのサラダ 日替わり漬物	ご飯 鰯の粕漬け焼き キャベツの塩だれ炒め おくらのゆず和え 味噌汁(そうめん)	ご飯 肉団子の酢豚風甘酢炒め 厚焼きたまご チンゲン菜の中華和え わかめスープ
		I kcal - 412kcal 食塩 4g	I kcal - 510kcal 食塩 5.3g	I kcal - 450kcal 食塩 3.7g	I kcal - 666kcal 食塩 3.2g	I kcal - 491kcal 食塩 2.9g
個数						
昼食						
個数						
夕食						
個数						

～令和元年12月 お献立表（配食サービス）兼注文用紙～
（16日～末日分）

	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21
昼食	配食休み 	ご飯 照り焼きハンバーグ 小松菜とあさりの炒め物 ゆず大根 味噌汁(おつゆ麩)	コーンピラフ ナポリタン ブロccoliとカニカマのサラダ コンソメスープ	ご飯 親子煮 焼き揚げ生姜醤油かけ 菊菜となめこのおろし和え 味噌汁(なす)	ご飯 すき焼きコロッケ 筑前煮 キャベツのゆず醤油和え 味噌汁(あさり)	ご飯 洋食盛り合わせ たまごサラダ なすのミートソース炒め 赤だし(あさり)
		I補給 - 520kcal 食塩 3.5g	I補給 - 435kcal 食塩 5.5g	I補給 - 518kcal 食塩 3.3g	I補給 - 569kcal 食塩 3.9g	I補給 - 615kcal 食塩 2.7g
夕食	ご飯 豚平焼風 ふきとわかめの煮物 いんげんのごま和え 味噌汁(里芋)	ご飯 揚げタラおろしあんかけ 卵の花の炒り煮 白菜と青菜のポン酢和え 味噌汁(キャベツ)	ご飯 豆腐の肉みそかけ 牛肉とごぼうのしぐれ煮 もずくときゅうりの酢の物 清まし汁(花麩 ネギ しいたけ)	ご飯 和風ロールキャベツ きんぴらごぼう マカロニサラダ 味噌汁(もやし)	ご飯 さばの照り焼き 冬瓜と豚肉の煮物 オクラの梅肉おかか和え 味噌汁(豆腐)	ご飯 豚肉の白湯煮込み じゃがいものたらこ炒め 海藻サラダ 味噌汁(玉ねぎ竹輪)
		I補給 - 543kcal 食塩 4.2g	I補給 - 454kcal 食塩 3.4g	I補給 - 496kcal 食塩 2.8g	I補給 - 469kcal 食塩 2.6g	I補給 - 508kcal 食塩 3.7g
個数						
	23	24	25	26	27	28
昼食	ビーフカレー 盛り合わせサラダ 福神漬&らっきょう メンチカツ	ご飯 鮭のかす煮 茄子南蛮漬け 小松菜の辛子和え 酢の物(もずく)	チャーハン エビのチリソース 青梗菜とカニカマの和え物 白菜と肉団子の中華スープ	ご飯 肉じゃが ふくさたまご ピーマンとツナの和え物 日替わり漬物	もっちり雑穀ごはん 鶏肉の香草焼き れんこん炒めニンニク風味 人参のラペ さつま芋のポタージュ	配食休み 
		I補給 - 731kcal 食塩 4.1g	I補給 - 487kcal 食塩 3.6g	I補給 - 463kcal 食塩 3.7g	I補給 - 550kcal 食塩 2.3g	
個数						
夕食	ご飯 かに玉野菜あんかけ 春巻 白菜の塩昆布和え わかめスープ	ご飯 鶏肉のマーレド焼き ジャーマンポテト キャベツのゆず醤油和え 味噌汁(卵)	ご飯 カレイの煮付 もやしのごま油炒め オクラの和え物 味噌汁(大根)	ご飯 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ れんこんきんぴら おくらのゆず和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ)	ご飯 さばの味噌煮 冬瓜のホタテ風味煮 ほうれん草の錦糸がけ 清まし汁(豆腐)	ご飯 豚肉の柳川煮 いんげんとじゃこの炒め物 大根サラダ 味噌汁(さつま芋)
		I補給 - 509kcal 食塩 4.2g	I補給 - 549kcal 食塩 3.4g	I補給 - 355kcal 食塩 3.6g	I補給 - 444kcal 食塩 3.3g	I補給 - 483kcal 食塩 3.5g
個数						
	30	31				
昼食	スタミナ丼 もやしのごま油炒め 春菊としいたけのお浸し 豆腐とわかめの中華スープ	ご飯 鮭のムニエルオニオソース じゃが芋のカレー炒め キャベツとハムのサラダ ほうれん草のクリームスープ				
		I補給 - 503kcal 食塩 5g	I補給 - 502kcal 食塩 3.7g			
個数						
夕食	ご飯 ほっけのみりん漬け焼き あさりと里芋の煮ころがし なすのおろし和え 味噌汁(白菜)	菜めし 天ぷら盛り合わせ ふろふき大根 小松菜のなめたけ和え 清汁(てまり麩・とろろ)				
		I補給 - 461kcal 食塩 3.4g	I補給 - 457kcal 食塩 3.6g			
個数						