

～令和2年 3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。**(2月15日までに3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時までに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 堤・藤田

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
昼食	チキンキーマカレー 3種のチーズ春巻き りんごサラダ 福神漬＆らっきょう	ちらし寿司 がんもとふきの煮物 エビの天ぷら 若竹汁	ご飯 油淋鶏 青梗菜とあさりの炒め物 キャベツの塩昆布和え 白湯スープ（白菜・ニラ）	配食休み 	ご飯 八宝菜 エビにら焼き饅頭 春雨サラダ 玉子のスープ	わかめご飯（半量） お好み焼き いんげんの甘辛炒め 大根サラダ 味噌汁（えのき）
個数	I杯 615kcal 食塩 3.7g	I杯 544kcal 食塩 4.1g	I杯 548kcal 食塩 3.8g		I杯 541kcal 食塩 5.2g	I杯 499kcal 食塩 4.9g
夕食	ご飯 鮭のチャンチャン焼き 炒り豆腐 焼きなす生姜醤油和え 清まし汁（小松菜）	ご飯 牛すき煮 厚焼きたまご おくらの梅肉和え 味噌汁（じゃが芋）	ご飯 さばの塩焼き かぼちゃの含め煮 胡瓜としらすの酢の物 味噌汁（豆腐）	ご飯 おでん 茄子のつゆ浸し ブロッコリーのピーナッツ和え 金時豆の甘煮	ご飯 メバルの煮付 里芋の味噌田楽 小松菜の辛子和え 清汁（てまり麩・とろろ）	ご飯 鶏のムニエル トマトソースかけ 白菜とベーコンのコンソメ煮 マカロニサラダ 味噌汁（油揚げ）
	I杯 503kcal 食塩 3.1g	I杯 521kcal 食塩 3.8g	I杯 535kcal 食塩 4g	I杯 539kcal 食塩 2.6g	I杯 418kcal 食塩 3.4g	I杯 600kcal 食塩 4.2g
個数						
	9	10	11	12	13	14
昼食	ご飯 鮭のかす煮 蓮根とひき肉の照焼 胡瓜とささみの和え物 日替わり漬物	ご飯 とんかつ卵とじ ピーマンとじゃこの炒め ゆず白菜 味噌汁（大根）	配食休み 	ご飯 ハンバーグ ひじきの炒り煮 コールスローサラダ ほうれん草のクリームスープ	えびとあさりのピラフ かぼちゃコロッケ ブロッコリーのカレーマヨサラダ 大麦小麦のコーンスープ	ご飯 かに玉野菜あんかけ いんげんのタレ炒め さつま芋のマムレード和え ワンタンスープ
	I杯 523kcal 食塩 3.8g	I杯 546kcal 食塩 2.9g		I杯 554kcal 食塩 3.3g	I杯 630kcal 食塩 5.2g	I杯 569kcal 食塩 4.1g
個数						
夕食	ご飯 牛焼肉野菜炒め添え 小松菜と油あげの煮びたし おくらのわさび醤油和え わかめスープ	ご飯 麻婆豆腐 キャベツの塩だれ炒め さつまいもレモン煮 青梗菜の中華スープ	ご飯 鶏の柚子こしょう焼き 茄子の南蛮漬け 大根サラダ 味噌汁（さつま芋）	ご飯 鰯の西京焼き 白菜と油揚げの煮びたし オクラの和え物 清まし汁（そうめん）	ご飯 豚肉の白湯煮込み えび焼売 きゅうりの塩昆布和え 中華スープ（はるさめ）	ご飯 カレイの煮付 里芋と大根の柚子味噌煮 白菜のゆかり和え 味噌汁（きゃべつ）
	I杯 513kcal 食塩 3.8g	I杯 575kcal 食塩 3.4g	I杯 535kcal 食塩 3.6g	I杯 437kcal 食塩 2.8g	I杯 413kcal 食塩 3.8g	I杯 428kcal 食塩 4.3g
個数						
昼食						
個数						
夕食						
個数						

～令和2年 3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	ちらし寿司 鶏と野菜の湯葉饅頭 菜の花の辛子和え 赤だし（あさり）	配食休み 	ご飯 鮭のムニエルタルタルソース ほうれん草のソテー ビーンズサラダ かぼちゃのポタージュスープ	竹の子御飯 鶏肉の松風焼き あさりと里芋の煮っころがし 胡瓜とえびの酢の物 清汁（菜の花）	ビーフカレー 盛り合わせサラダ 福神漬＆らっきょう エビカツ	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き キャベツのじゃこ炒め 和風サラダ 味噌汁（なす）
	I初替ー 474kcal 食塩 4.6g		I初替ー 547kcal 食塩 2.2g	I初替ー 515kcal 食塩 4.7g	I初替ー 665kcal 食塩 3.4g	I初替ー 490kcal 食塩 3.5g
個数						
夕食	ご飯 さばの味噌煮 小松菜とさつま揚げの煮物 枝豆としらすおろし和え 清汁（てまり麩）	ご飯 ビーフシチュー 洋風炒り卵 アスパラとハムのサラダ 日替わり漬物	ご飯 豆腐とエビの旨煮 焼き餃子 もやしのナムル 中華スープ（たまご）	ご飯 カラスガレイの明太焼き キャベツの塩だれ炒め おくらポン酢和え 味噌汁（小松菜）	ご飯 豚肉のねぎ塩炒め 大根のかにあんかけ 青梗菜のピーナッツ和え 味噌汁（ハクサイ）	ご飯 揚げタラおろしあんかけ 小松菜の甘辛炒め 長芋と枝豆の磯和え 味噌汁（玉ねぎ）
	I初替ー 499kcal 食塩 4.1g	I初替ー 521kcal 食塩 2.3g	I初替ー 504kcal 食塩 3.8g	I初替ー 434kcal 食塩 2.8g	I初替ー 547kcal 食塩 3.7g	I初替ー 472kcal 食塩 3.6g
個数						
	23	24	25	26	27	28
昼食	ご飯 鰯の南蛮漬け 麻婆春雨 大根サラダ 味噌汁（もやし）	オムライス ピーマン肉詰め イタリアンサラダ コーンスープ	ご飯 餃子と青椒肉絲 大学芋 もやしのナムル キャベツと玉子のスープ	ご飯 鶏肉のたれ焼き 大根のかにあんかけ 胡瓜の中華和え 豆腐とわかめの中華スープ	菜の花と桜エビの混ぜご飯 鰯大葉ワイとわかめのから揚げ 青梗菜と牛肉のオイスター炒め 豆腐サラダ 長いものすり流し汁	配食休み 
	I初替ー 537kcal 食塩 3.7g	I初替ー 549kcal 食塩 3g	I初替ー 552kcal 食塩 4g	I初替ー 518kcal 食塩 4.6g	I初替ー 550kcal 食塩 4.0g	
個数						
夕食	ご飯 肉じゃが 厚焼きたまご ほうれん草のみぞれ和え 味噌汁（白菜）	ご飯 ほっけのみりん漬け焼き かぼちゃのいとこ煮 キャベツの青じそドレ和え 豚汁	ご飯 豆腐の肉みそかけ きんぴらごぼう 菜の花とえのきのお浸し 清汁（あさり）	ご飯 鮭のチーズパン粉焼き 卵の花の炒り煮 キャベツのわさネーズ和え 味噌汁（わかめ・玉ねぎ）	ご飯 牛肉としめじのしぐれ煮 冬瓜のホタテ風味煮 酢の物（もずく） 味噌汁（そうめん）	ご飯 太刀魚の塩焼きおろしポン酢 白菜とさつま揚げの煮物 オクラなめたけ 味噌汁（じゃがいも）
	I初替ー 544kcal 食塩 3.3g	I初替ー 528kcal 食塩 3.4g	I初替ー 496kcal 食塩 3.2g	I初替ー 570kcal 食塩 2.6g	I初替ー 491kcal 食塩 3.6g	I初替ー 513kcal 食塩 3.9g
個数						
	30	31				
昼食	ご飯 牛焼き肉和風ソース きのこのスパゲティ シーザーサラダ イタヤ貝入りコーンスープ	焼き飯 エビマヨソース 白菜の塩昆布和え 豆腐とわかめの中華スープ				
	I初替ー 652kcal 食塩 2.9g	I初替ー 470kcal 食塩 5.4g				
個数						
夕食	ご飯 赤魚の西京焼き 筑前煮 胡瓜とカニカマの酢の物 清まし汁（花麩 ネギ しいたけ）	ご飯 豚肉のにんにく醤油炒め 茄子のつゆ浸し さつま芋とリンゴの甘煮 味噌汁（かぼちゃ）				
	I初替ー 420kcal 食塩 2.9g	I初替ー 649kcal 食塩 2.7g				
個数						