

週間献立

寒さを強く感じられる日も多くなってきました。
 体の冷えは免疫力を低下させる要因の一つです。
 カブや大根の根菜類は体を温める作用があります。
 積極的に普段の食事に取り入れ、体の芯から温め風邪などを引かない
 体づくりを目指し、寒い冬を乗り越えましょう！

	月	火	水	木	金	土
	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日
ふつう	御飯 しいらの和風ムニエル 付)ピーマン なすの揚げ浸し フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(冬瓜・カメ) おやつ (ドーナツ・チョコ)	肉うどん 卵の花 たまごとブロッコリーのサラダ ゼリー おやつ (チョコレート馒头)	御飯 ゆで豚のごまだれかけ 付)アスパラ・赤ピーマン 白菜の煮浸し フルーツ缶(黄桃) みそ汁(さつまいも・かぶ葉) おやつ (きなこプリン)	キャロットピラフ 海老フライ・コロッケ ソース 付)スナップエンドウ・ホリタン パンパキサラダ フルーツ缶(ミックス) コンニャク(卵・しめじ) おやつ (メロンゼリー)	御飯 銀だら照り焼き 付)オクラ 豚肉と大根の炒り煮 フルーツ(りんご) みそ汁(法連草・おつゆ麩) おやつ (人形焼き)	御飯 チキンのカレーグリル 付)ブロッコリー・トマト かぶのコンニャク煮 フルーツ(パイン) コンニャク・ターキー・ミソ汁 おやつ (オレンジゼリー)
やわらか	御飯 あじの和風ムニエル 付)玉葱・赤パプリカ なすの揚げ浸し 香の物(つぼ漬け) みそ汁(冬瓜・あおさ) おやつ (抹茶プリン)	肉うどん 煮奴 たまごとブロッコリーのサラダ ゼリー おやつ (水ようかん)	御飯 豚肉のごまだれかけ 付)アスパラ 白菜の煮浸し かつお梅 みそ汁(さつまいも・青菜) おやつ (きなこプリン)	えびピラフ フライ二種盛り ソース 付)ブロッコリー パンパキサラダ フルーツ缶(マンゴー) コンニャク(卵・かぶ) おやつ (メロンゼリー)	御飯 銀だらの照り焼き 付)オクラ・花麩 豚肉と大根の炒り煮 りんごのコンニャク みそ汁(法連草・さつまいも) おやつ (黒糖ムース)	御飯 チキンのカレーグリル 付)ブロッコリー・トマト かぶのコンニャク煮 人参サラダ コンニャク・ターキー・ミソ汁 おやつ (オレンジゼリー)
ミキサー	全粥 あじの和風ムニエル 付)ピーマン なすの揚げ浸し フルーツ(マンゴー) みそ汁 おやつ (抹茶プリン)	全粥 牛皿 たまごとブロッコリーのサラダ ゼリー お吸物 おやつ (水ようかん)	全粥 ゆで豚のごまだれかけ 付)枝豆・赤ピーマン 白菜の煮浸し フルーツ(黄桃) みそ汁 おやつ (きなこプリン)	キャロットリゾット 鶏肉のバター醤油焼き 付)いんげん パンパキサラダ フルーツ(ぶどう) コンニャク おやつ (メロンゼリー)	全粥 白身魚の照り焼き 付)オクラ 豚肉と大根の炒り煮 フルーツ (りんご) みそ汁 おやつ (黒糖ムース)	全粥 チキンのカレーグリル 付)ブロッコリー・人参 かぶのコンニャク煮 フルーツ(パイン) コンニャク・ターキー・ミソ汁 おやつ (オレンジゼリー)



週間献立



	月	火	水	木	金	土
	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日
ふつう		御飯 鶏肉のトマトソース 付)スナック・エントウ ジャーマンポテト フルーツ(オレンジ) コツメスープ(小松菜・マッシュルーム) おやつ(水ようかん)	御飯 ホーケテ 付)キャバツ マカロニサラダ フルーツ缶(ミックス) みそ汁(冬瓜・きぬさや) おやつ(黒糖饅頭)	御飯 赤魚の焼き浸し 付)れんこん・花人参 なすの炒め物 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(しめじ・長葱) おやつ(グレープゼリー)	御飯 鶏肉の香味焼き 付)スナック・エントウ ビーフ炒め 二色浸し みそ汁(もやし・油揚げ) おやつ(チョコレート饅頭)	御飯 豆腐ハンバーグ テリヤキソース 付)いんげん・トマト ひじきの煮物 フルーツ(オレンジ) みそ汁(冬瓜・大根葉) おやつ(ちよぼちよぼクッキー)
やわらか		御飯 鶏肉のトマトソース 付)そら豆 ジャーマンポテト フルーツ(オレンジ) コツメスープ(青菜・大根) おやつ(水ようかん)	御飯 ホーケテ 付)キャバツ パンプキンサラダ 香の物(さくら漬け) みそ汁(厚揚げ・きぬさや) おやつ(きなこプリン)	御飯 かれのの焼き浸し 付)冬瓜・花人参 なすの炒め物 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(菜の花・ねぎ) おやつ(グレープゼリー)	御飯 鶏肉の香味焼き 付)そら豆 芥子 二色浸し みそ汁(大根・厚揚げ) おやつ(豆乳プリン)	御飯 豆腐チャンプル かぼちゃのいとし煮 フルーツ(オレンジ) みそ汁(冬瓜・ほうれん草) おやつ(黒糖ムース)
ミキサー		全粥 鶏肉のトマトソース 付)枝豆 ジャーマンポテト フルーツ(みかん) コツメスープ おやつ(水ようかん)	全粥 ホーケテ 付)キャバツ・グリーンピース マカロニサラダ フルーツ(ぶどう) みそ汁 おやつ(きなこプリン)	全粥 赤魚の焼き浸し 付)人参 なすの炒め物 きゅうりの塩昆布和え みそ汁 おやつ(グレープゼリー)	全粥 鶏肉の香味焼き 付)グリーンピース 仏と冬瓜の中華煮 二色浸し みそ汁 おやつ(豆乳プリン)	全粥 豆腐ハンバーグ テリヤキソース 付)いんげん ひじきの煮物 フルーツ(みかん) みそ汁 おやつ(黒糖ムース)



令和6年 豊潤館 デイサービス

週間献立



	月	火	水	木	金	土
	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日
ふ つ う	御飯 黄金かれいの生姜煮 付)枴・花麩 ほうれん草のごま和え フルーツ缶(黄桃) みそ汁(玉葱・かぶ菜) おやつ(ばかうけ)	御飯 鶏肉の唐揚げ 付)スナップエンドウ・トマト チカゴ菜と魚肉ソーゼルの炒め物 フルーツ缶(みかん) みそ汁(さつま芋・カメ) おやつ(かすてら饅頭)	海鮮ちゃんぽん 焼売 ブロッコリー中華和え フルーツ缶(マンゴー) おやつ(粒あんぱん)	御飯 鶏肉のバター醤油ソース 付)いんげん・甘煮人参 キャバツと沢庵の和え物 フルーツ(バナナ) みそ汁(豆腐・貝割) おやつ(どら焼き)	御飯 赤魚の七味焼き 付)ピーマン 金平ごぼう フルーツ(オレンジ) みそ汁(玉葱・カメ) おやつ(ドームケーキあん)	御飯 牛すき煮 温泉卵 きゅうりのおろし酢和え きのこ汁 おやつ(抹茶水ようかん)
や わ ら か	御飯 黄金かれいの生姜煮 付)枴・花麩 ほうれん草のごま和え 浅漬け(白菜) みそ汁(玉葱・茄子) おやつ(オレンジゼリー)	御飯 鶏肉の唐揚げ 付)そら豆・トマト スナックと魚肉ソーゼルの炒め物 フルーツ缶(みかん) みそ汁(さつま芋・あおさ) おやつ(カスタードプリン)	ちゃんぽんうどん 焼売 ブロッコリー中華和え フルーツ缶(マンゴー) おやつ(小豆ムース)	御飯 鶏肉のバター醤油ソース 付)いんげん・甘煮人参 キャバツのなめたけ和え フルーツ(バナナ) みそ汁(豆腐・枴) おやつ(きなこプリン)	御飯 太刀魚の七味焼き 付)菜の花 金平ごぼう フルーツ(オレンジ) みそ汁(玉葱・あおさ) おやつ(メロンゼリー)	御飯 牛すき煮 温泉卵 きゅうりのおろし酢和え お吸物(はんぺん・とろろ) おやつ(抹茶水ようかん)
ミ キ サ ー	全粥 かれいの生姜煮 付)枴 ほうれん草のごま和え フルーツ(黄桃) みそ汁 おやつ(オレンジゼリー)	全粥 鶏肉のバジル焼き 付)人参 チカゴ菜と魚肉ソーゼルの炒め物 フルーツ(みかん) みそ汁 おやつ(カスタードプリン)	全粥 八宝菜 焼売 ブロッコリー中華和え 中華スプ おやつ(小豆ムース)	全粥 鶏肉のバター醤油ソース 付)甘煮人参 キャバツの和え物 フルーツ(バナナ) みそ汁 おやつ(きなこプリン)	全粥 赤魚のごま醤油焼き 付)ピーマン 金平ごぼう フルーツ(みかん) みそ汁 おやつ(メロンゼリー)	全粥 牛すき煮 卵サラダ きゅうりのおろし酢和え お吸物 おやつ(抹茶水ようかん)

週間献立



	月	火	水	木	金	土
	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日
ふ つ う	御飯 松風焼き 付)アスパラ チゲン菜のお浸し フルーツ(りんご) お吸物(かまぼこ・貝割) おやつ(プリン)	御飯 マトウダイの照り焼き 付)小松菜 里芋の含め煮 フルーツ(オレンジ) みそ汁(白菜・油揚げ) おやつ(コーヒーサンド)	御飯 鶏肉の外タタリ焼き 付)スナップエンドウ 冬瓜の土佐煮 青菜のピナッツ和え みそ汁(豆腐・わかめ) おやつ(ぼたぼた焼)	炊き込み御飯 ほっけの塩焼き 付)畑菜 切干大根の煮物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(えのき・かぶ菜) おやつ(カスタードケーキ)	御飯 豚肉のオスターソース炒め かぼちゃサラダ フルーツ(りんご) 中華スープ(春雨・わかめ) おやつ(小豆ムース)	
や わ ら か	御飯 松風焼き 付)いんげん 白菜のお浸し りんごのコンポート お吸物(そうめん・わか) おやつ(プリン)	御飯 マトウダイの照り焼き 付)菜の花 里芋の含め煮 フルーツ(オレンジ) みそ汁(長葱・大根) おやつ(きなこプリン)	御飯 鶏肉の外タタリ焼き 付)そら豆・人参 冬瓜の土佐煮 青菜のピナッツ和え みそ汁(おつゆ麩・あおさ) おやつ(グレープゼリー)	炊き込み御飯 太刀魚の塩焼き 付)菜の花 切干大根の煮物 金時豆 みそ汁(白菜・いんげん) おやつ(マンゴーゼリー)	御飯 豚肉のオスターソース炒め かぼちゃサラダ りんごのコンポート 中華スープ(冬瓜・あおさ) おやつ(小豆ムース)	
ミ キ サ ー	全粥 松風焼き 付)人参 チゲン菜のお浸し フルーツ(りんご) お吸物 おやつ(プリン)	全粥 たらの照り焼き 付)小松菜 里芋の含め煮 フルーツ(みかん) みそ汁 おやつ(きなこプリン)	全粥 鶏肉の外タタリ焼き 付)人参 冬瓜の土佐煮 青菜のピナッツ和え みそ汁 おやつ(グレープゼリー)	全粥 白身魚の塩焼き 付)畑菜 切干大根の煮物 フルーツ(黄桃) みそ汁 おやつ(マンゴーゼリー)	全粥 豚肉のオスターソース炒め かぼちゃサラダ フルーツ(りんご) 中華スープ おやつ(小豆ムース)	

令和6年 豊潤館 デイサービス

週間献立



	月	火	水	木	金	土
	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日
ふ つ う	御飯 鮭のチャンチャン焼き ひじきの煮物 フルーツ(パイナップル) お吸物(畑菜・うずまき麩) おやつ(もみじ饅頭)	御飯 豚肉の香味リソースかけ 付)いんげん・人参がら 小松菜としらすのゆず醤油和 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(かぶ・かぶ菜) おやつ(梨ゼリー)	炒飯 えびと厚揚げの塩炒め 杏仁フルーツ 中華スープ(チンゲン菜・かまぼこ) おやつ(小倉饅頭)	御飯 チーズインハンバーグ デミソース) 付)スープエントウ カリフラワーサラダ フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ(小松菜・人参) おやつ(ドーナツ・チョコ)	御飯 マトウダイの薬味焼き 付)畑菜 なすの肉味噌かけ フルーツ(パイナップル) お吸物(豆腐・貝割) おやつ(鳴門金時ケーキ)	御飯 豚肉入りにら玉 チャプチェ フルーツ缶(マンゴー) 中華スープ(しろな・長葱) おやつ(きなこプリン)
や わ ら か	御飯 鮭のチャンチャン焼き なすの煮物 香の物(さくら漬け) お吸物(花麩・そうめん) おやつ(水ようかん)	御飯 豚肉の香味リソースかけ 付)いんげん・人参がら 菜の花としらすの和え物 香の物(つぼ漬け) みそ汁(かぶ・カラ) おやつ(梨ゼリー)	炒飯 えびと厚揚げの塩炒め 杏仁フルーツ 中華スープ(白菜・冬瓜) おやつ(黒糖ムース)	御飯 ハンバーグ デミソース 付)人参がら・パセリ ブロッコリーサラダ フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ(キャベツ・玉葱) おやつ(抹茶プリン)	御飯 太刀魚の香味焼き 付)菜の花 なすの肉味噌かけ 香の物(さくら漬け) お吸物(豆腐・花麩) おやつ(鳴門金時ケーキ)	御飯 豚肉の卵とじ スッキコソテー 春菊のお浸し 中華スープ(冬瓜・長葱) おやつ(きなこプリン)
ミ キ サ ー	全粥 鮭のチャンチャン焼き ひじきの煮物 フルーツ(パイナップル) お吸物 おやつ(水ようかん)	全粥 豚肉の香味リソースかけ 付)人参がら 小松菜としらすのゆず醤油和 フルーツ(マンゴー) みそ汁 おやつ(梨ゼリー)	全粥 えびと厚揚げの塩炒め きゅうりのサラダ 杏仁フルーツ 中華スープ おやつ(黒糖ムース)	全粥 チーズインハンバーグ デミソース 付)小松菜 カリフラワーサラダ フルーツ(黄桃) コンソメスープ おやつ(抹茶プリン)	全粥 白身魚の薬味焼き 付)畑菜・人参 なすの肉味噌かけ フルーツ(パイナップル) お吸物 おやつ(キャラメルケーキ)	全粥 豚肉の卵とじ 焼き餃子 フルーツ(マンゴー) 中華スープ おやつ(きなこプリン)