

9月の献立表

令和6年(2024年)

社会福祉法人プライム すまいる京目



TEL: 027-350-1555
FAX: 027-350-1556

ご注文は当日の**9時40分**まで承ります。

日	曜	主食	主 菜	副 菜	副 菜	(外注予定)
1	日					
2	月	白飯	豚肉のコチュジャン炒め	ブロッコリーとベーコンの炒め物	いんげんとハムの辛子マヨネーズ和え	
3	火	白飯	鶏肉のチーズパン粉焼き	キャベツと油揚げの煮物	なすのごま味噌和え	
4	水	白飯	さばの味噌煮	じゃがいものカレー炒め	ブロッコリーとカニカマのサラダ	
5	木	白飯	鶏もも肉の立田揚げ	とうもろこし	小松菜と竹輪の和え物	
6	金	施設行事のため、お休みさせていただきます。				
7	土					
8	日					
9	月	白飯	豚肉の味噌漬け焼き	きのこ入りペペロンチーノ	ブロッコリーのごまマヨネーズ和え	
10	火	白飯	チキンのトマトソース	じゃがいものバジルソテー	大根の中華サラダ	
11	水	白飯	カレイのカレームニエル	キャベツと竹輪の炒め煮	青菜のくるみ和え	
12	木	白飯	肉じゃが	オクラとトマトのさっぱり和え	ブロッコリーとコーンのソテー	
13	金	白飯	揚げなすのマーボーあんかけ	ごぼうの田舎煮	三色ナムル	
14	土					
15	日					
16	月					
17	火	白飯	鶏のマーレード焼き	スパゲティナポリタン	春雨の中華サラダ	
18	水	白飯	テンジャオロースー	里芋と竹輪の煮物	キャベツの塩昆布和え	
19	木	白飯	煮込みハンバーグ(トマト)	なすの煮浸し	ブロッコリーのポン酢和え	
20	金	白飯	麻婆豆腐	大根とさつま揚げの煮物	小松菜の磯和え	
21	土					
22	日					
23	月					
24	火	白飯	焼き鮭	マカロニとピーマンのカレー風味炒め	かぼちゃサラダ	
25	水	白飯	チキンソースカツ	小松菜と油揚げの煮浸し	大根と水菜の梅和え	
26	木	白飯	さわらの塩麹味噌漬け焼き	じゃがいもの明太マヨネーズ和え	ブロッコリーのパン粉かけ	
27	金	白飯	ピーマンの肉詰め	青菜のオイスターソース炒め	いんげんのごま和え	
28	土					
29	日					
30	月	白飯	タンドリーチキン	大根と厚揚げの煮物	ブロッコリーのピーナッツ和え	

◎材料の都合により、献立の一部を変更することがあります。

※ 上記熱量(kcal) + 下記ご飯の量別kcal が摂取合計です。

ご 飯 100g: 156kcal 250g: 390kcal
180g: 280kcal 300g: 468kcal

<お願い> お早目にお召し上がりください。一時的に保管する場合は、冷蔵庫にお入れください。