

## 生活介護事業所ぶらたなす 献立表

令和7年12月

日付	献立名	エネルギー
1月	さいきょうやき ブロッコリー しらあえ すましじる くだもの	429
2火	とりのピザソースやき インゲンとニンジン フルーツサラダ スープ くだもの	613
3水	とりつくねのあんかけ ほうれんそう きりぼしだいこんサラダ みそしる くだもの	638
4木	とりのこうみやき キャベツとトマト ブロッコリーとエビのサラダ スープ	528
5金	ポトフ スパゲッティナポリタン くだもの	594
8月	やさいたっぷりラーメン てばもとのからあげ くだもの	570
9火	ハンバーグ ブロッコリー かいそうサラダ スープ くだもの	677
10水	すきやき ベイクドさといも みそしる くだもの	562
11木	めひかりのからあげ キャベツ アスパラとササミのあえもの みそしる	506
12金	とりのマーマレードやき キャベツ ポテトサラダ スープ くだもの	627
15月	ササミフライ キャベツ ほうれんそうのおひたし みそしる	637

日付	献立名	エネルギー
16火	クリームシチュー カラフルサラダ くだもの	603
17水	さばのみそに だいこん うのはな すましじる くだもの	553
18木	ぎゅうにくのしぐれに たまごやき みそしる	605
19金	タンドリーチキン ほうれんそう むしやさいのサラダ スープ くだもの	638
22月	とりのてりやき ブロッコリー げんきサラダ みそしる くだもの	561
23火	カレーライス だいこんサラダ スープ くだもの	602
24水	マカロニグラタン クリスマスサラダ きらきらスープ くだもの	600
25木	さかなのとろろむし こまつなのあえもの ぶたじる	541
26金	とりのからあげ ブロッコリー スパゲッティサラダ スープ くだもの	652

※月曜日と木曜日は白ごはん、水曜日は麦ごはん(白米と混合)です。  
※火曜日と金曜日はパンです。