

生活介護事業所ぶらたなす 献立表

令和8年10月

日付	献立名	エネルギー
1 木	とりのしょうがやき キャベツ ブロッコリーとエビのサラダ みそしる	583
2 金	ポークチャップ ブロッコリー さつまいもサラダ スープ くだもの	733
5 月	ちゅうかどん バンサンスー スープ くだもの	532
6 火	クリームシチュー だいずボール くだもの	688
7 水	とりのたつたあげ ブロッコリー レモンふうみサラダ ごもくじる くだもの	583
8 木	やきししやも キャベツ きのこいため ぶたじる	591
9 金	タンドリーチキン ブロッコリー だいこんサラダ スープ くだもの	553
13 火	とりのマーマレードやき ブロッコリー かみかみサラダ スープ くだもの	589
14 水	さばのみそに だいこん ごぼうときゅうりのサラダ はっばいじる くだもの	546
15 木	やさしいため やまごやき みそしる	531
16 金	とりのからあげ ブロッコリー かいそうサラダ スープ くだもの	651

日付	献立名	エネルギー
19 月	カレーライス キャベツのかおりづけ スープ くだもの	568
20 火	さかなのチーズやき インゲンとニンジン みそドレサラダ スープ くだもの	621
21 水	すきやき きゅうりのすのもの みそしる くだもの	513
22 木	とうふのごもくやき キャベツ インゲンとササミのあえもの みそしる	558
23 金	ポトフ さばとかぼちやのだんご くだもの	692
26 月	スパゲッティナポリタン げんきサラダ スープ くだもの	484
27 火	ハニースパイシーチキン ブロッコリー ポテトサラダ スープ くだもの	611
28 水	さかなのさいきょうやき ほうれんそう きりぼしだいこんに とりごぼうじる くだもの	437
29 木	ぶたにくのこうみやき キャベツ きゅうりとだいこんのゆかりあ すましじる	488
30 金	ハンバーグ ブロッコリー フレンチサラダ スープ くだもの	752

※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。