生活介護事業所ぷらたなす　献　立　表

令和8年9月

日付	献立名	エネルギー
1 火	マカロニグラタン フレンチサラダ スープ　　くだもの	602
2 水	つくねのあんかけ ほうれんそう ねばねばサラダ みそしる　　くだもの	708
3 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 ぶたじる	548
4 金	ぎゅうのトマトに ポテトサラダ スープ　　くだもの	574
7 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
8 火	さかなのムニエル インゲンとニンジン かぼちゃサラダ スープ　　くだもの	490
9 水	チキンなんばん キャベツ きりぼしだいこんのサラダ みそしる　　くだもの	894
10 木	ぶたとキャベツのみそいた かぼちゃのまんまるやき はっぱいじる	692
11 金	とりのピザソースやき ブロッコリー スパゲッティサラダ スープ　　くだもの	667
14 月	ミートソーススパゲティ ひむかサラダ スープ　　くだもの	640
15 火	ポークビーンズ フルーツサラダ スープ　　くだもの	587

日付	献立名	エネルギー
16 水	さかなのさいきょうやき ブロッコリー しらあえ けんちんじる　　くだもの	445
17 木	ぎゅうとごぼうのしぐれに たまごやき ごもくじる	576
18 金	タンドリーチキン ブロッコリー さつまいもサラダ スープ　　くだもの	622
24 木	ぶたのこうみやき キャベツ すみそあえ ざぶじる	549
25 金	ハンバーグ ブロッコリー リンゴとキャベツのサラダ スープ　　くだもの	794
28 月	ハヤシライス ピクルス スープ　　くだもの	598
29 火	サケのコーンマヨやき インゲンとニンジン きのこサラダ スープ　　くだもの	461
30 水	はっぽうさい バンサンスー スープ　　くだもの	496

※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。