生活介護事業所ぷらたなす　献　立　表

令和8年11月

日付	献立名	エネルギー
2 月	ぎゅうどん きりぼしだいこんサラダ みそしる　　くだもの	726
4 水	まつかぜやき ほうれんそう ごしょくあえ はっぱいじる　　くだもの	529
5 木	とりのたつたあげ キャベツ たまごやき ごもくじる	634
6 金	さけのムニエル インゲンとニンジン さつまいもサラダ スープ　　くだもの	548
9 月	きのこたっぷりハヤシライス かみかみサラダ スープ　　くだもの	695
10 火	さけのコーンマヨやき ブロッコリー アスパラサラダ スープ　　くだもの	448
11 水	にくじゃが すのもの みそしる　　くだもの	560
12 木	ししゃものいそべあげ キャベツ かぼちゃのサラダ ぶたじる	701
13 金	マカロニ蔵r痰 みそドレサラダ スープ　　くだもの	610
16 月	ミートソーススパゲティ はくさいのさっぱりあえ スープ　　くだもの	605
17 火	しゅうまい ブロッコリー はるさめサラダ スープ　　くだもの	614

日付	献立名	エネルギー
18 水	さかなのかばやきふう ブロッコリー キャベツのかおりづけ みそしる　　くだもの	646
19 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
20 金	とりのバーベキューソース ブロッコリー ひむかサラダ スープ　　くだもの	594
24 火	クリームシチュー かぼちゃのまんまるやき くだもの	745
25 水	さばのしおやき ブロッコリー ひじきに みそしる　　くだもの	475
26 木	ぶたにくみそづけやき キャベツ マカロニサラダ ごもくじる	597
27 金	とりのからあげ ブロッコリー 元気サラダ スープ　　くだもの	650
30 月	けんちんうどん ちくわのいそべあげ くだもの	346
		2

※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。