令和8年度
社会福祉法人パール在宅生活支援センター配食サービス

週間献立表

	9月28日(月)		9月29日(火)		9月30日(水)		10月1日(木)		10月2日(金)	
昼食	ごはん 鶏肉の タルタルソース焼き マカロニサラダ 豆と野菜のトマト煮 つぼ漬け 白菜の洋風スープ ヤクルト		ごはん 海老かつ＆ なかおちカツ ささみと根菜のサラダ 高野豆腐の含め煮 つぼ漬け コンソメスープ えび風味おかき		ごはん ほっけの もろみ味噌漬け焼き 肉だんごの甘酢あん つるむらさきの ごま酢和え たくあん みそ汁 （大根、小松菜） ドーナツ		ごはん かじきのパン粉焼き スパゲティサラダ 茄子とズッキーニの ミートソース煮 赤しその実漬け ジャガ芋の コンソメスープ ももゼリー		ごはん 牛肉とじゃが芋の煮物 しらすと胡瓜の酢の物 小さな海老グラタン しそ昆布佃煮 豚汁 黒糖蒸しケーキ	
	エネルギー 674	たんぱく質 25.0	エネルギー 624	たんぱく質 26.2	エネルギー 591	たんぱく質 23.6	エネルギー 643	たんぱく質 27.0	エネルギー 589	たんぱく質 25.1
	脂質 29.6	食塩 3.1	脂質 19.5	食塩 3.5	脂質 14.6	食塩 3.3	脂質 16.2	食塩 3.5	脂質 17.1	食塩 3.6
夕食	ごはん 銀ダラのゆずみそ焼き 海老と花野菜のサラダ 南瓜煮 オレンジ＆キウイ しそ昆布佃煮 みそ汁 （春菊、なめこ）		ごはん 鯖の味醂やき キャベツの味噌炒め じゃがいものカレー煮 みかん うずら豆 卵とのりの清汁		三色丼 筑前煮 ブロッコリーと かにかまの和風和え 錦糸焼売 桜大根 清汁 （はんぺん、みつば）		ごはん 鶏と卵の チリソースがけ ビーフン中華サラダ ミニ肉まん 季節の果物 味付けメンマ 豆腐とかにのスープ		ごはん 鮭の粕漬焼き ちくわの二色揚げ 鶏と大豆の磯煮 抹茶ロールケーキ はりはり漬け 里芋ときのこの胡麻汁	
	エネルギー 587	たんぱく質 24.3	エネルギー 648	たんぱく質 31.8	エネルギー 630	たんぱく質 32.0	エネルギー 632	たんぱく質 27.8	エネルギー 625	たんぱく質 34.9
	脂質 19.2	食塩 3.6	脂質 25.4	食塩 3.4	脂質 20.1	食塩 3.4	脂質 23.4	食塩 3.6	脂質 20.5	食塩 3.9

材料の仕入れ状況により、献立が変わる事がございます。
配達時間につきましては、ご指定の時間にお届けできない場合もございますが、あらかじめご了承くださいませ。

電話(代) 03−5458−4819　献立作成栄養士：渡邊　美代子