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



	11月9日(月)	11月10日(火)	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)
昼食	ごはん 茄子と小松菜と豚肉の炒め物 海老と春雨の和え物 焼売 味付けザーサイ 中華スープ（なると、たけのこ） 栗のムース	ごはん 肉じゃがコロッケ＆カキフライ たらこマカロニサラダ 糸昆布煮 白菜の浅漬け 麸ときのこの胡麻汁 抹茶水羊羹	ごはん 鮭のパン粉焼き ポテトサラダ プチグラタン 野沢菜漬け 白菜の洋風スープ バウムクーヘン	ごはん 鰺の塩麹漬け焼き 切干大根の五目煮 ほうれん草の辛し和え 三色豆 なめこの味噌汁 レモンケーキ	ごはん デミソースハンバーグ 豆と茹で卵のサラダ ジャーマンポテト 煮豆（うずら豆） コンソメスープ コーヒー牛乳プリン
	エネルギー 567 たんぱく質 23.7	エネルギー 651 たんぱく質 18.6	エネルギー 626 たんぱく質 27.9	エネルギー 539 たんぱく質 26.4	エネルギー 651 たんぱく質 23.3
	脂質 19.0 食塩 3.6	脂質 19.9 食塩 3.4	脂質 20.7 食塩 3.2	脂質 10.7 食塩 4.2	脂質 22.2 食塩 3.3
夕食	三色丼 豆腐ステーキの五目あんかけ キャベツとツナのサラダ 巨峰 つぼ漬け みそ汁（大根、わかめ）	ごはん 白身魚の洋菜焼き チリコンカン 大根と帆立のサラダ マンゴーロールケーキ 桜大根 ジャガ芋のコンソメスープ	ごはん 牛肉ときのこのトマト煮 ごぼうとベーコンのバター醤油炒め コールスローサラダ 林檎とプルーンのコンポート しば漬け 洋風玉子スープ	ごはん 八宝菜 中華サラダ たこ焼き みかん 赤しその実漬け 中華スープ（にら、豆腐）	ごはん さばの味噌煮 生揚げとなすの炒め物 胡瓜とチーズのサラダ 葛まんじゅう しそ昆布佃煮 清汁（かまぼこ、みつば）
	エネルギー 603 たんぱく質 29.7	エネルギー 654 たんぱく質 30.1	エネルギー 576 たんぱく質 24.3	エネルギー 562 たんぱく質 28.7	エネルギー 577 たんぱく質 28.1
	脂質 21.3 食塩 3.5	脂質 21.9 食塩 3.1	脂質 19.6 食塩 3.0	脂質 17.9 食塩 3.4	脂質 21.2 食塩 4.3

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