



2024年 9月 献立表



よこはまりパークサイド泉Ⅲのぞみ・ひまわり

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日付	2日	3日	4日	5日	6日
昼食	パン 白身魚のチーズパン粉焼き コーヒーゼリー コーンクリームスープ	ご飯 コロッケ エビのサラダ 味噌汁(豆腐)	お好み焼き トマトと青じそのサラダ 抹茶ババロア 小豆ソースかけ 豆乳スープ	サラダうどん シュウマイ 野菜の素揚げ甘みそだれ マンゴープリン	ご飯 ブリの照り焼き 高野豆腐の含め煮 味噌汁(南瓜)
カロリー/塩分	609 kcal/ 2.5g	607 kcal/ 2.4g	608 kcal/ 2.5g	603 kcal/ 3.1g	603 kcal/ 2.6g
日付	9日	10日	11日	12日	13日
昼食	野菜麻婆豆腐丼 しらす千チミ 中華スープ(トマト)	ご飯 たらの野菜あんかけ スパゲティサラダ 味噌汁(こまつな)	冷し中華(ごまダレ) 水餃子 黄桃・みかん缶 白菜とコーンのとろみスープ	ご飯 鮭のマッシュポテト焼き カリフラワーの炒め物 味噌汁(さつまい)	パン チキンソーテーオニオンソース さつまいのコロコロサラダ クリームスープ(ほうれん草)
カロリー/塩分	606 kcal/ 2.2g	607 kcal/ 2.6g	602 kcal/ 2.9g	600 kcal/ 3.1g	610 kcal/ 2.8g
日付	16日	17日	18日	19日	20日
昼食	ご飯 カレー肉じゃが エビとアボカドのサラダ 味噌汁(ねぎ)	十五夜メニュー さつまいもご飯 お月見つくね キャベツとりんごのサラダ けんちん汁	ご飯 鱈の菜種焼き 春雨の酢の物 味噌汁(なす)	ハヤシライス 大根ツナサラダ バナナムース スープ(チンゲン菜)	肉きのこそば チンゲン菜のわさび和え 大学芋
カロリー/塩分	601 kcal/ 2.0g	610 kcal/ 2.3g	608 kcal/ 1.8g	610 kcal/ 3.0g	603 kcal/2.5g
日付	23日	24日	25日	26日	27日
昼食	ご飯 鶏肉と野菜の甘酢あん きゅうりの胡麻醤油和え かきたま汁	ジャージャー麺 ツナとじゃがいもの煮物 プリン カaramelソースかけ 中華スープ(豆苗)	パン チーズはんぺんフライ フルーツヨーグルト ミネストローネ	ご飯 豆腐ハンバーグ おろしあんかけ かぼちゃサラダ 味噌汁(わかめ)	焼肉丼 トマトとブロッコリーのマリネ 味噌汁(キャベツ)
カロリー/塩分	609 kcal/ 2.4g	601 kcal/ 3.2g	607 kcal/ 3.9g	605 kcal/2.3g	605 kcal/2.5g
日付	30日				
昼食	鶏肉とキャベツの和風スパゲッティ 梨のコンポート スープ(ハム)				
カロリー/塩分	605 kcal/ 1.8g				

仕入れ等の都合により献立を変更する場合がございますのでご了承ください。・太字は新メニュー&リクエストメニューになります