

[9月 なごみ ショートステイ 献立表]

調布市知的障害者援護施設なごみ
2023年 9月 1:常食

--	--

2023-08-18 印刷

日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
29 (金)	米飯 ミートボールと温野菜 みそ汁 もやし 牛乳 	シーフードカレーライス 十五夜：うさぎハンバーグ コールスローサラダ 	ソファール元気 	ブルコギ丼 ネバトロ和え のりあえ 中華スープ 	エネルギー - 1998 kcal 蛋白質 82.6 g 脂質 52.6 g 食塩 9.6 g
30 (土)	米飯 かぼちゃシチュー バナナ 牛乳 	冷やしそば 鶏竜田あげ ツナ大根サラダ ブイクレスピオ 	レモンティー 	チキンライス チキンソテートッピング ほうれん草サラダ 煮豆 キャベツスープ 	エネルギー - 1902 kcal 蛋白質 81.9 g 脂質 45.4 g 食塩 9.2 g

リクエストメニュー

ラムネゼリー
アイスコーヒー
冷やし中華



白露



9月8日は白露といい、田畑や里山では
実りの時期を迎えます。朝夕は露が降りると
されますが暑さは続く毎日ですね。
栗ご飯で秋の味覚をお楽しみください。

十五夜



9月29日は十五夜です。
お月見うさぎをあしらった
月見カレーをお出します。
きれいなお月さまが見られますように。

お彼岸



9月23日はお彼岸のおはぎをお出します。
お彼岸のおはぎのあずきの赤い色は邪気を
払うとされています。おいしさとともに
暑さや体調不良に負けない免疫力アップ食材の
あずきパワーが、皆さんの体に
みなぎりますように！

食生活向上委員会ニュース

いよいよ味噌が夏を超えて熟成を迎えています。
各フロアで仕込んだ味噌の具合をチェックする
ミニ食生活向上委員会を開催します。
果たして今年のみそはどうなっているのでしょうか。楽しみですね。



手作りお味噌
美味しうよ！
味噌汁をサイコー！