

[なごみ ショートステイ 10月 献立表]

--	--

調布市知的障害者援護施設なごみ
2024年10月

2024-09-13 印刷

日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
29 (火)	米飯 ポトフ バナナ 牛乳 	米飯 ふりかけ さばのみそ焼 紅生姜 ほうれん草のごま和え のっぺい汁 	プチケーキ 	米飯 とりの生姜焼き キャベツサラダ かきたま汁 ソファール元気 	エネルギー - 1886 kcal 蛋白質 81.0 g 脂質 47.4 g 食塩 7.0 g
30 (水)	米飯 ウインナーソーテー ポテトクリュー かき玉スープ 牛乳 	ひき肉のカレーライス ワサビマヨネーズサラダ 	杏仁豆腐 	米飯 ホイコーロー にんじん甘煮 ネバトロ和え みそ汁 	エネルギー - 1896 kcal 蛋白質 82.3 g 脂質 52.2 g 食塩 8.7 g
31 (木)	米飯 モーニングシチュー バナナ 牛乳 	ブラックライス ハロウィンハンバーグ ハロウィンツナサラダ ほうれん草スープ 	レモンゼリー 	卵とじ丼 メンチカツ 辛し和え みそ汁 キャベツ 	エネルギー - 1929 kcal 蛋白質 89.9 g 脂質 45.5 g 食塩 6.7 g



寒露

暑さも残る日々ですが、暦の上では秋を迎えています。
栗羊羹パフェでほっこりした秋に思いをはせてみませんか。

霜降

秋が少しづつ深まり、もみじが色付きを増す時期です。
もみじ饅頭で秋を味わいましょう。



リクエストメニュー

リクエスト ありがとうございます

- 7日 ドーナツ
- 27日 さんま
- 12日 アイスコーヒー
- 25日 さつま芋ごはん
- 17日 ミルージュ



すずかけフェスタ

フレッシュペーカリー
😊 すまいる

