



献立はホームページでもご覧いただけます。2023令和5年12月 けやき苑献立表

2024

イラスト・写真はイメージです。実際の食事内容と異なることがあります。

今年も一年ありがとうございました！

来年もよろしくお願ひいたします！

月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8	9
御飯 鶏の治部煮碗 たらこ炒め インゲンのごま和え 味噌汁 白桃缶	御飯 赤魚の揚げ出し ふるふき大根 スナップエンドウのおかか和え 清汁 パン缶	御飯 鶏肉のきのこあんかけ がんもの煮物 ちんげん菜のなめ茸和え 味噌汁 抹茶ゼリー	御飯 ホッケの金山寺焼き 肉じゃが 春菊と舞茸辛子和え 清汁 バナナ	御飯 麻婆豆腐 エビ焼売 具だくさんナムル 中華スープ 黄桃缶	御飯 鯖のみりん醤油焼き さつま芋の甘煮 ちんげん菜の生姜和え 味噌汁 オレンジ
I補† - 539kcal 蛋白質 22g 脂質 11.9g 食塩 3g 減塩食 食塩2.1g	I補† - 543kcal 蛋白質 22.1g 脂質 11.9g 食塩 4.2g 減塩食 食塩3.1g	I補† - 611kcal 蛋白質 29g 脂質 14.7g 食塩 3.5g 減塩食 食塩2.5g	I補† - 553kcal 蛋白質 25.4g 脂質 10.5g 食塩 2.6g 減塩食 食塩1.8g	I補† - 607kcal 蛋白質 23.7g 脂質 19.3g 食塩 2.6g 減塩食 食塩1.8g	I補† - 564kcal 蛋白質 25.6g 脂質 14.4g 食塩 2.6g 減塩食 食塩1.8g
11	12	13	14	15	16
御飯 赤魚の粕漬焼き 里芋の煮物 ほうれん草のお浸し 豚汁 水ようかん	御飯 肉豆腐 ニラと卵の炒め物 白菜の塩昆布和え 味噌汁 煮りんご	御飯 鯖の塩焼き 揚げ出し豆腐 インゲンのピーナッツ和え 味噌汁 バナナ	チキンカレー ブロッコリーのサラダ コンソメスープ 漬物 イチゴソースがけヨーグルト	御飯 カレイのムニエル ミートグラタン キャベツのサラダ コンソメスープ コーヒーゼリー	御飯 肉団子の五目あんかけ じゃが芋味噌バター 大根とカニカマの和風サラダ 味噌汁 洋梨缶
I補† - 513kcal 蛋白質 29g 脂質 8.1g 食塩 2.8g 減塩食 食塩2.0g	I補† - 638kcal 蛋白質 28.5g 脂質 24.9g 食塩 2.7g 減塩食 食塩1.9g	I補† - 593kcal 蛋白質 26.1g 脂質 19.5g 食塩 2.8g 減塩食 食塩2.0g	I補† - 550kcal 蛋白質 17.3g 脂質 15g 食塩 2.9g 減塩食 食塩2.0g	I補† - 568kcal 蛋白質 25.3g 脂質 18.1g 食塩 1.8g 減塩食 食塩1.2g	I補† - 597kcal 蛋白質 18.4g 脂質 16.9g 食塩 3.3g 減塩食 食塩2.4g
18	19	20	21	22	23
御飯 豚肉と厚揚げの味噌炒め 小松菜の煮浸し 切干大根のサラダ 清汁 みかん	選択 [A]鶏のから揚げ [B]さばの味噌煮 御飯 豆腐のあんかけ ちんげん菜の和え物 味噌汁 抹茶水ようかん	中華丼 焼き餃子 大根のザーサイ和え 中華スープ ブドウゼリー	御飯 鶏とさつま芋の味噌煮 厚焼き卵 小松菜の梅肉和え 清汁 黄桃缶	御飯 おでん 大学芋風 白菜のサラダ みかん缶	ピラフ エビフライ ほうれん草ソテー コンソメスープ プリン
I補† - 610kcal 蛋白質 22.6g 脂質 25.5g 食塩 2g 減塩食 食塩1.3g	A I補† - 623kcal 蛋白質 30.6g 脂質 16.9g 食塩 3.1g B I補† - 633kcal 蛋白質 31.5g 脂質 18.2g 食塩 3.4g 減塩食 食塩2.2g   減塩食 食塩2.4g	I補† - 604kcal 蛋白質 23.1g 脂質 18g 食塩 3g 減塩食 食塩2.1g	I補† - 634kcal 蛋白質 28.3g 脂質 18.2g 食塩 2.4g 減塩食 食塩0.0g	I補† - 607kcal 蛋白質 23g 脂質 14.5g 食塩 3.8g 減塩食 食塩2.8g	I補† - 573kcal 蛋白質 18.5g 脂質 16.6g 食塩 3g 減塩食 食塩2.1g
25	26	27	28	29	30
忘年会行事メニュー			かき揚げそば 大根と豚の生姜煮 浅漬け風サラダ 葛饅頭	年末年始休館	
忘年会			お楽しみに！	12/29(水)~1/3(水)	
A I補† - 740kcal 蛋白質 22.9g 脂質 31.4g 食塩 2.1g B I補† - 735kcal 蛋白質 24.7g 脂質 39.5g 食塩 2.9g 減塩食 食塩1.4g   減塩食 食塩2.0g	I補† - 631kcal 蛋白質 28.5g 脂質 15.6g 食塩 2.6g 減塩食 食塩1.8g	I補† - 583kcal 蛋白質 30.2g 脂質 17.2g 食塩 3g 減塩食 食塩2.1g	I補† - 621kcal 蛋白質 22.1g 脂質 15.2g 食塩 3.5g 減塩食 食塩2.5g	休館日 新年は1/4(木)より開始します！	