



貝塚いぶき作業所 2023年 10 月 献立表



月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
ご飯 チキンジンジャーフライ 菜の花ソテー スパゲティサラダ 味噌汁 I補給 - 949 kcal	ご飯 オープンオムレツ こんにゃくの炒め煮 小松菜の胡麻和え コンソメスープ I補給 - 782 kcal	ご飯 鱈の酒蒸し 高野豆腐の卵とじ オクラのお浸し 味噌汁 I補給 - 586 kcal	ご飯 焼きそば ジャーマンポテト風 大根の甘酢和え 味噌汁 I補給 - 934 kcal	 日帰りレク (給食はありません)	 お休みです (給食はありません)
9	10	11	12	13	14
お休みです (給食はありません) 	ご飯 肉団子のクリーム煮 小松菜ソテー 根菜サラダ  I補給 - 823 kcal	ご飯 八宝菜 がんもの煮物 しろ菜の和え物 中華スープ I補給 - 737 kcal	ご飯 ブリの照り焼き ごった煮 ひじきの炒り煮 味噌汁 I補給 - 619 kcal	ご飯 きつねうどん かき揚げ うまい菜炒め I補給 - 723 kcal	ご飯 タンドリーチキン じゃがいも甘辛煮 かに風味サラダ 味噌汁 I補給 - 861 kcal
16	17	18	19	20	21
ご飯 鶏肉の香草パン粉焼き なすの生姜煮 切干大根水菜ナムル 味噌汁 I補給 - 732 kcal	ご飯 酢豚 大根のくず煮 わけぎのぬた和え 味噌汁 I補給 - 760 kcal	きのこご飯 赤魚のみそ焼き 糸コン炒め 白菜の和え物 すまし汁 I補給 - 671 kcal	ご飯 ハバ-グ デミ グラスライス ゴボウの甘辛炒め 菜の花の和え物 コンソメスープ I補給 - 1417 kcal	カレーライス (クリームコック) 野菜サラダ オレンジゼリー I補給 - 920 kcal	お休みです (給食はありません) 
23	24	25	26	27	28
ご飯 エビフライ & 白身フライ キャベツのカレー炒め 豆腐の肉味噌あん 味噌汁 I補給 - 1380 kcal	ご飯 チキンピカタ じゃが芋ピーマン炒め 小松菜の和え物 コンソメスープ I補給 - 767 kcal	マーボー丼 さつまいも天ぷら 白菜の昆布和え 味噌汁 I補給 - 807 kcal	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き風 南瓜甘煮 大根なます かき玉汁 I補給 - 564 kcal	ご飯 油淋鶏 ビーフン炒め うまい菜の和え物 味噌汁 I補給 - 878 kcal	ご飯 肉じゃが ベーコンサラダフライ 菜の花土佐和え 味噌汁 I補給 - 941 kcal
30	31				
ご飯 ちゃんぽん 揚げ茄子炒め 切干大根のゴマ和え I補給 - 774 kcal	ロールパン パンプキンシチュー 海老かつ キャベツサラダ かぼちゃババロア I補給 - 904 kcal				