法人名	社会福祉法人　徳信会
施設名	京都学園

献立表

利用者食(入所者)
令和　4 年 11 月

日付	朝食	昼食	夕食	間食
1（火）	ご飯	ご飯	ご飯	牛乳･お菓子
	茄子の味噌汁	ポークソテー	鮭のマヨ焼き	
	明太子	信田煮	水菜のおひたし	
	味のり	ポテトサラダ	揚げだし茄子	
	漬物	あおさの味噌汁	とろろ昆布の清し汁	
	エネルギー 430.7 Kcal	エネルギー 895.5 Kcal	エネルギー 765.4 Kcal	エネルギー 122.0 Kcal
	たんぱく質 16.85 g	たんぱく質 37.26 g	たんぱく質 35.35 g	たんぱく質 6.60 g
2（水）	ご飯	親子丼	ご飯	乳酸菌飲料･お菓子
	麸の味噌汁	ほうれん草とじゃこの和え物	回鍋肉	
	金平ゴボウ	山芋揚げ	ごぼうサラダ	
	納豆	なめこ汁	さつま芋の煮物	
	漬物	柿	卵豆腐の清し汁	
	エネルギー 500.2 Kcal	エネルギー 807.6 Kcal	エネルギー 713.1 Kcal	エネルギー 128.0 Kcal
	たんぱく質 18.37 g	たんぱく質 35.47 g	たんぱく質 24.82 g	たんぱく質 2.20 g
3（木） 閉所日	ご飯	おにぎり	ご飯	コーヒー牛乳･お菓子
	しめじの味噌汁	ラーメン	豚ピリ辛炒め	
	丸天の煮物	春巻き	茄子の煮物	
	岩のり	きゃべつの胡麻和え	インゲンのマヨネーズ和え	
	漬物	リンゴ	ザーサイスープ	
	エネルギー 450.2 Kcal	エネルギー 914.1 Kcal	エネルギー 703.8 Kcal	エネルギー 227.8 Kcal
	たんぱく質 14.82 g	たんぱく質 27.91 g	たんぱく質 24.93 g	たんぱく質 6.02 g
4（金）	ご飯	ご飯	外注弁当	牛乳･お菓子
	白菜の味噌汁	鮭の幽庵焼き		
	ソーセージソテー	だし巻き卵		
	梅びしお	ｱｽﾊﾟﾗとササミのおろし和え		
	漬物	豚汁		
	エネルギー 483.1 Kcal	エネルギー 721.1 Kcal	エネルギー 342.0 Kcal	エネルギー 122.0 Kcal
	たんぱく質 14.53 g	たんぱく質 49.43 g	たんぱく質 6.10 g	たんぱく質 6.60 g
5（土）	ご飯	ご飯	ミニチャーハン	ジュース･お菓子
	大根の味噌汁	肉じゃが	肉団子スープ煮	
	もずく	目玉焼き	さつま芋のサラダ	
	昆布豆	三色なます	バナナ	
	漬物	えのきの味噌汁	枝豆	
	エネルギー 427.4 Kcal	エネルギー 658.9 Kcal	エネルギー 720.0 Kcal	エネルギー 92.0 Kcal
	たんぱく質 12.98 g	たんぱく質 26.94 g	たんぱく質 21.04 g	たんぱく質 0.60 g
6（日） 閉所日	ご飯	パン	ご飯	牛乳･お菓子
	にらの味噌汁	ポテトサラダ	ポークピカタ	
	焼き魚	ビーフシチュー	厚揚げのピリ辛炒め	
	煮物	グレープフルーツ	瓜の酢の物	
	佃煮	コーヒー	ポトフ風スープ	
	エネルギー 456.8 Kcal	エネルギー 836.0 Kcal	エネルギー 885.8 Kcal	エネルギー 310.9 Kcal
	たんぱく質 18.03 g	たんぱく質 22.44 g	たんぱく質 38.71 g	たんぱく質 10.66 g
7（月）	ご飯	ご飯	ご飯	飲み物･お菓子
	豆腐の味噌汁	鶏肉の明太マヨ焼き	すき焼き風煮	
	角煮	ほうれん草の胡麻和え	そうめんチャンプルー	
	和え物	大根の煮物	南瓜サラダ	
	漬物	じゃが芋の味噌汁	麸の味噌汁	
	エネルギー 473.0 Kcal	エネルギー 1035.0 Kcal	エネルギー 896.6 Kcal	エネルギー 68.4 Kcal
	たんぱく質 20.80 g	たんぱく質 36.18 g	たんぱく質 42.07 g	たんぱく質 1.26 g
8（火）	ご飯	ご飯	ご飯	牛乳･お菓子
	しめじの味噌汁	魚の田楽焼き	野菜炒め	
	竹輪の煮物	ごぼう唐揚げ	ナムル	
	煮豆	卵サラダ	焼き餃子	
	味のり	白菜の味噌汁	ワカメスープ	
	エネルギー 528.9 Kcal	エネルギー 907.2 Kcal	エネルギー 715.1 Kcal	エネルギー 122.0 Kcal
	たんぱく質 17.93 g	たんぱく質 38.35 g	たんぱく質 22.40 g	たんぱく質 6.60 g
9（水）	ご飯	ツナカレーピラフ	外注弁当	乳酸菌飲料･お菓子
	えのきの味噌汁	サラダ		
	ししゃも	ささみチーズ焼き		
	大根おろし	卵スープ		
	漬物	リンゴ		
	エネルギー 465.7 Kcal	エネルギー 777.6 Kcal	エネルギー 342.0 Kcal	エネルギー 128.0 Kcal
	たんぱく質 19.19 g	たんぱく質 37.91 g	たんぱく質 6.10 g	たんぱく質 2.20 g
10（木）	ご飯	いなり寿司	ご飯	コーヒー牛乳･お菓子
	大根の味噌汁	かけそば	肉じゃが	
	卵焼き	蓮根はさみ焼き	スパサラ	
	ふりかけ	ひじきの酢の物	チャンプルー	
	梅干し	ゼリー	きゃべつの味噌汁	
	エネルギー 482.7 Kcal	エネルギー 960.1 Kcal	エネルギー 804.3 Kcal	エネルギー 76.0 Kcal
	たんぱく質 15.78 g	たんぱく質 36.23 g	たんぱく質 27.60 g	たんぱく質 1.40 g
11（金）	ご飯	ご飯	外注弁当	牛乳･お菓子
	白菜の味噌汁	松風焼き		
	ソーセージソテー	じゃが芋の炒め煮		
	小女子佃煮	海草サラダ		
	漬物	さつま芋の味噌汁		
	エネルギー 495.5 Kcal	エネルギー 848.5 Kcal	エネルギー 342.0 Kcal	エネルギー 349.1 Kcal
	たんぱく質 16.90 g	たんぱく質 35.64 g	たんぱく質 6.10 g	たんぱく質 7.86 g
12（土） 閉所日	ご飯	ご飯	ご飯	ジュース･お菓子
	茄子の味噌汁	ポークソテー	肉団子とチンゲン菜のスープ煮	
	金平ゴボウ	いんげんのピーナッツ和え	揚げ焼売	
	岩のり	里芋の煮物おかかまぶし	さつま芋のサラダ	
	漬物	赤だし	白菜の漬物	
	エネルギー 445.2 Kcal	エネルギー 753.1 Kcal	エネルギー 900.6 Kcal	エネルギー 108.0 Kcal
	たんぱく質 13.56 g	たんぱく質 29.01 g	たんぱく質 24.74 g	たんぱく質 0.60 g
13（日） 閉所日	ご飯	ハンバーガー	ご飯	牛乳･お菓子
	きゃべつの味噌汁	海草サラダ	焼肉風	
	スクランブルエッグ	ポテトフライ	漬物	
	ふりかけ	コア	春雨の酢の物	
	きゃらぶき	コーヒー	ワカメスープ	
	エネルギー 490.1 Kcal	エネルギー 774.4 Kcal	エネルギー 678.9 Kcal	エネルギー 187.7 Kcal
	たんぱく質 15.23 g	たんぱく質 51.62 g	たんぱく質 22.54 g	たんぱく質 7.74 g

法人名	社会福祉法人　徳信会
施設名	京都学園

献立表

利用者食(入所者)
令和　4 年 11 月

日付	朝食		昼食		夕食		間食	
14（月）	ご飯		ご飯		ご飯		飲み物･お菓子	
	麩の味噌汁		エビマヨ		魚の韓国風漬焼き			
	ひじきの煮物		シーザーサラダ		ナムル			
	梅びしお		大根中華炒め		切干大根の煮物			
	漬物		かぶのスープ		なめこ汁			
	エネルギー	445.4 Kcal	エネルギー	866.1 Kcal	エネルギー	727.5 Kcal	エネルギー	76.0 Kcal
	たんぱく質	13.21 g	たんぱく質	28.76 g	たんぱく質	36.99 g	たんぱく質	1.40 g
15（火）	ご飯		ご飯		ご飯		牛乳･お菓子	
	さつま芋の味噌汁		魚のあんかけ		チキンソテー(ﾄﾏﾄｿｰｽ)			
	明太子		マカロニサラダ		山芋とオクラの和え物			
	味のり		ナスの味噌炒め		根菜煮			
	佃煮		卵豆腐の清し汁		大根の味噌汁			
	エネルギー	487.9 Kcal	エネルギー	828.6 Kcal	エネルギー	776.3 Kcal	エネルギー	122.0 Kcal
	たんぱく質	23.16 g	たんぱく質	34.52 g	たんぱく質	31.30 g	たんぱく質	6.60 g
16（水）	ご飯		カレーライス		ご飯		乳酸菌飲料･お菓子	
	豆腐の味噌汁		イカリングフライ		魚の味噌煮			
	角煮		海草サラダ		胡瓜の酢の物			
	和え物		漬物		厚揚げの煮物			
	漬物		リンゴ		かき玉汁			
	エネルギー	471.7 Kcal	エネルギー	926.0 Kcal	エネルギー	728.5 Kcal	エネルギー	128.0 Kcal
	たんぱく質	20.04 g	たんぱく質	25.48 g	たんぱく質	36.99 g	たんぱく質	2.20 g
17（木）	ご飯		しそおにぎり		ご飯		コーヒー牛乳･お菓子	
	白菜の味噌汁		カップ麺		牛肉の炒め物			
	卵焼き		柿のなます		白菜の梅おかか和え			
	ふりかけ		ベーコンエッグ		和風パスタ			
	しそ昆布		みかん		中華スープ			
	エネルギー	495.0 Kcal	エネルギー	623.4 Kcal	エネルギー	791.3 Kcal	エネルギー	76.0 Kcal
	たんぱく質	16.39 g	たんぱく質	18.31 g	たんぱく質	31.75 g	たんぱく質	1.40 g
18（金）	ご飯		ご飯		ご飯		牛乳･お菓子	
	玉葱の味噌汁		塩鮭		鶏肉のはちみつ焼き			
	ソーセージソテー		じゃが芋のカレー炒め		チンゲン菜の煮浸し			
	岩のり		卵焼き		コールスローサラダ			
	漬物		豚汁		とろろ昆布の清し汁			
	エネルギー	491.6 Kcal	エネルギー	823.5 Kcal	エネルギー	818.9 Kcal	エネルギー	122.0 Kcal
	たんぱく質	15.76 g	たんぱく質	47.21 g	たんぱく質	30.40 g	たんぱく質	6.60 g
19（土） 閉所日	ご飯		ご飯		ハヤシライス		ジュース･お菓子	
	大根の味噌汁		チーズハンバーグ		白身魚のフライ			
	明太子		じゃが芋の炒り煮		サラダ			
	和え物		水菜の胡麻和え		キウイフルーツ			
	漬物		コーンスープ		福神漬			
	エネルギー	427.3 Kcal	エネルギー	1002.2 Kcal	エネルギー	846.9 Kcal	エネルギー	544.7 Kcal
	たんぱく質	15.72 g	たんぱく質	34.73 g	たんぱく質	25.07 g	たんぱく質	11.54 g
20（日） 閉所日	ご飯		ホットドック		ご飯		牛乳･お菓子	
	里芋の味噌汁		ポテトチップス		肉巻き焼き			
	いわしの甘露煮		ツナマヨサラダ		春雨の酢の物			
	味のり		ゼリー		コンニャクの煮物			
	梅干し		コーヒー牛乳		そうめん汁			
	エネルギー	503.0 Kcal	エネルギー	775.7 Kcal	エネルギー	799.7 Kcal	エネルギー	122.0 Kcal
	たんぱく質	18.18 g	たんぱく質	26.30 g	たんぱく質	20.12 g	たんぱく質	6.60 g
21（月）	ご飯		ご飯		ご飯		飲み物･お菓子	
	ジャガイモの味噌汁		油淋鶏		魚のおろし煮			
	ししゃも		茄子の煮物		蒸し焼売			
	大根おろし		ほうれん草の白和え		キャベツの酢の物			
	佃煮		しめじの味噌汁		卵と水菜のスープ			
	エネルギー	496.5 Kcal	エネルギー	770.5 Kcal	エネルギー	669.3 Kcal	エネルギー	76.0 Kcal
	たんぱく質	20.56 g	たんぱく質	35.58 g	たんぱく質	34.27 g	たんぱく質	1.40 g
22（火）	ご飯		ご飯		ご飯		牛乳･お菓子	
	豆腐の味噌汁		青椒肉絲		鶏肉のペッパー焼き			
	卵焼き		ごぼうサラダ		小松菜のおひたし			
	ふりかけ		五目豆		切干大根の煮物			
	漬物		白菜の味噌汁		ワカメスープ			
	エネルギー	499.3 Kcal	エネルギー	774.2 Kcal	エネルギー	721.0 Kcal	エネルギー	122.0 Kcal
	たんぱく質	17.83 g	たんぱく質	22.19 g	たんぱく質	29.94 g	たんぱく質	6.60 g
23（水） 閉所日	ご飯		レタスチャーハン		ご飯		乳酸菌飲料･お菓子	
	えのきの味噌汁		ポテトサラダ		鮭の幽庵焼き			
	焼き魚		オニオンリング		ぜんまいの煮物			
	ひじきの煮物		クラムチャウダー		山芋とろろ			
	漬物		パイン		茄子の味噌汁			
	エネルギー	468.1 Kcal	エネルギー	917.7 Kcal	エネルギー	618.3 Kcal	エネルギー	128.0 Kcal
	たんぱく質	18.54 g	たんぱく質	25.78 g	たんぱく質	33.56 g	たんぱく質	2.20 g
24（木）	ご飯		おこげあんかけ		ご飯		誕生会ケーキ･コーヒー	
	南瓜の味噌汁		かけうどん		肉豆腐			
	角煮		春菊のお浸し		春雨中華サラダ			
	ふりかけ		枝豆		卵とじ			
	漬物		オレンジ･漬物		もずくの清し汁			
	エネルギー	472.0 Kcal	エネルギー	867.8 Kcal	エネルギー	788.4 Kcal	エネルギー	264.0 Kcal
	たんぱく質	18.71 g	たんぱく質	38.68 g	たんぱく質	34.07 g	たんぱく質	5.81 g
25（金）	ご飯		ご飯		ご飯		牛乳･お菓子	
	さつま芋の味噌汁		魚の韓国風漬焼き		豚肉のマヨ焼き			
	明太子		卵焼き		ほうれん草の胡麻和え			
	煮物		揚げだし		スパソテー			
	佃煮		あおさの味噌汁		かぶのスープ			
	エネルギー	458.7 Kcal	エネルギー	885.5 Kcal	エネルギー	873.4 Kcal	エネルギー	122.0 Kcal
	たんぱく質	16.09 g	たんぱく質	42.17 g	たんぱく質	31.56 g	たんぱく質	6.60 g
26（土）	ご飯		ご飯		ハヤシライス		ジュース･お菓子	
	大根の味噌汁		鶏肉の唐揚げ		ハムソテー			
	スクランブルエッグ		ひじきの煮物		サラダ			
	味のり		卵サラダ		バナナ			
	漬物		麩の味噌汁		漬物			
	エネルギー	481.7 Kcal	エネルギー	840.1 Kcal	エネルギー	743.7 Kcal	エネルギー	76.0 Kcal
	たんぱく質	15.94 g	たんぱく質	33.73 g	たんぱく質	21.31 g	たんぱく質	1.40 g

法人名	社会福祉法人　徳信会
施設名	京都学園

献立表

利用者食(入所者)
令和　4 年 11 月

日付	朝食	昼食	夕食	間食
27（日） 閉所日	ご飯 白菜の味噌汁 焼ハンペン 梅びしお 和え物 エネルギー 422.4 Kcal たんぱく質 11.69 g	ピザトースト シーフードサラダ チキンナゲット プリン コーヒー エネルギー 836.6 Kcal たんぱく質 37.10 g	ご飯 煮魚 和風パスタ 炊き合わせ 若竹汁 エネルギー 763.5 Kcal たんぱく質 42.87 g	牛乳･お菓子 エネルギー 122.0 Kcal たんぱく質 6.60 g
28（月）	ご飯 しめじの味噌汁 納豆 和え物 漬物 エネルギー 454.7 Kcal たんぱく質 15.73 g	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根の煮物 小松菜とササミのおろし和え 赤だし エネルギー 620.0 Kcal たんぱく質 42.44 g	ご飯 煮込みハンバーグ 大根ツナサラダ 卵とじ コンソメスープ エネルギー 883.1 Kcal たんぱく質 36.24 g	飲み物･お菓子 エネルギー 76.0 Kcal たんぱく質 1.40 g
29（火）	ご飯 茄子の味噌汁 ししゃも 大根おろし 漬物 エネルギー 460.9 Kcal たんぱく質 18.71 g	ご飯 豚キムチ炒め 春雨中華サラダ 焼売 卵スープ エネルギー 832.1 Kcal たんぱく質 29.44 g	ご飯 魚の照り焼き じゃが芋の金平 かぶの酢の物 豆腐の味噌汁 エネルギー 707.9 Kcal たんぱく質 33.31 g	牛乳･お菓子 エネルギー 122.0 Kcal たんぱく質 6.60 g
30（水）	ご飯 南瓜の味噌汁 ソーセージソテー ふりかけ 漬物 エネルギー 503.3 Kcal たんぱく質 15.93 g	ソースチキンカツ丼 マカロニサラダ じゃが芋のカレー炒め オレンジ なめこ汁 エネルギー 537.4 Kcal たんぱく質 28.51 g	ご飯 青椒肉絲 大根のキムチ和え レバーの煮物 ワカメスープ エネルギー 682.6 Kcal たんぱく質 21.36 g	乳酸菌飲料･お菓子 エネルギー 128.0 Kcal たんぱく質 2.20 g