

# 10月の献立

## ポイント

ハロウィンメニューです。  
 一般食と合わせてチキンを使用し、オレンジ・紫・黒などの食材を使用してハロウィンらしくしました。  
 食べた時にすべての食材が同じ固さに仕上がるように調整しました。

## 学会分類コード：3

## メニュー

- ・チキンソテー🍗
- やさしい素材 たんぱく21チキン（ポーション）  
（ソフリ そのままブロッコリー）
- ・ハロウィンデザート🍩🍪
- ※ゼリー粥（+スベラカーゼ・たんぱくupヘルパー）または粥（+たんぱくupヘルパー）が付きます
- ※粥は180g・270g・330gの3段階

## 栄養価

	ゼリー粥 (180g)	主食	デザート	合計
エネルギー(kcal)	123	158	127	408
たんぱく質(g)	3.7	4.7	2.9	11.3
炭水化物(g)	0.3	6.8	6.4	13.5
脂質(g)	25.2	19.3	14.2	58.7
食塩(g)	0.1	0.9	-	1

材料	使用量 (g)		
	A	B	C
チキン（ポーション）やさしい素材	27	40	40
(付け合わせ)			
紫キャベツ	3	3	3
ダイスポテト	20	20	20
牛乳	10	10	10
塩	0.1	0.1	0.1
スベラカーゼ	0.45	0.45	0.45
南瓜	20	20	20
三温糖	1	1	1
スベラカーゼ	0.45	0.45	0.45
そのままブロッコリー	10	10	10
(ソース)			
牛乳	3	3	3
とろみ			
デミソース	15	15	15
ケチャップ	15	15	15
バター	0.5	0.5	0.5



2019



2021



2022

## 一般食（常菜）ハロウィンメニュー

- ・ターメリックライス
- ・チキンのハーブ焼きパンプキンソース
- ・エビのコンソメジュレサラダ
- ・紫キャベツのポタージュ
- ・ハロウィンデザート（黒ゴマ・南瓜）

