

9月

献立表

献立表

	(月)	(火)	(水)	1 (木)	2 (金)	3 (土)	4 (日)
昼食				ご飯 ◎海老フライ ◎さばの味噌煮 角麩の煮物 錦糸サラダ すまし汁 梨	ご飯 ◎豚しゃぶのポン酢かけ(冷) ◎赤魚の煮付け 冬瓜と蟹の煮物 めかぶの和え物 味噌汁 みかん缶	ご飯 ◎ビーフシチュー ◎ホキの香草焼き いんげんとウィンナーのソテー パンプキンサラダ コンソメスープ 白桃缶	ご飯 ◎揚げ豆腐の帆立あんかけ ◎アジの梅肉焼き ごぼうの炒め物 ほうれん草のお浸し あおさの赤だし いちごヨーグルト
	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (日)
昼食	◎豚丼 ◎三色丼 きのこの煮物 胡瓜とカニカマの酢の物 すまし汁 バナナ	ご飯 ◎チキン南蛮 ◎カレイの照り焼き 小松菜とあさりの煮浸し もやしとハムの和え物 すまし汁 りんご缶	お楽しみ食 	ご飯 ◎ポークチャップ ◎鮭のムニエル 野菜のコンソメ煮 マカロニサラダ コーンポタージュ フルーツミックス缶	ご飯 ◎肉豆腐 ◎太刀魚の竜田揚げ 筍の炒め物 水菜と帆立の和え物 なめこ汁 フルーチェメロン	◎月見そば(冷) ◎サラダうどん 大根のべっこう煮 海老とわかめの胡麻和え オレンジ	ご飯 ◎豚の角煮 ◎赤魚の酒蒸し 卵の花 もすくとえのきの和え物 すまし汁 黄桃缶
	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)
昼食	◎ハンバーグトマトソース ◎カレーライス コーンコロッケ チーズのサラダ オニオンスープ アロエヨーグルト	ご飯 ◎牛肉とピーマンの炒め物 ◎海老あんかけ玉子焼き 大豆といかの煮物 いんげんの生姜醤油和え あさりの赤だし 洋梨缶	ご飯 ◎豆腐のキムチ味噌煮 ◎ホキの中華香味ソース カニ焼売 カリフラワーとハムの和え物 中華コーンスープ みかん缶	ご飯 ◎とんかつ ◎ぶりの照り焼き ひじきと挽肉の煮物 青梗菜と人参の和え物 すまし汁 デラウェア	ご飯 ◎牛肉のしぐれ煮 ◎白身魚の紅葉焼き しらたきのたらこ炒め 豆苗と帆立の和え物 味噌汁 白桃缶	お祝い膳 	ご飯 ◎厚揚げの甘辛炒め ◎銀ひらすのもろみ焼き 里芋と豚の煮物 ほうれん草のピーナッツ和え 具だくさん汁 バナナ
	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)	25 (日)
昼食	ご飯 ◎豚しゃぶの胡麻ソースかけ(冷) ◎赤魚のみぞれ煮 さつま芋の甘蜜がけ こんにゃくの白和え すまし汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎鶏のから揚げ ◎鮭のバター醤油焼き 根菜の煮物 めかぶとえのきの和え物 すまし汁 フルーチェぶどう	◎肉うどん(温) ◎山菜そば(温) 長芋の白煮 あさりの酢味噌和え 生パイン	ご飯 ◎かぼちゃのキッシュ ◎クリームシチュー カリフラワーとウィンナーのマスタード炒め エビアボカドサラダ コンソメスープ 黄桃缶	ご飯 ◎麻婆豆腐 ◎アジの南蛮漬け 焼売 くらげの中華和え 中華スープ 杏仁豆腐	◎牛丼 ◎ネギトロ丼 もやしとあさりの煮浸し ブロッコリーのピーナッツ和え 味噌汁 りんご缶	ご飯 ◎豚肉の生姜炒め ◎さばの塩焼き ふきと鶏の煮物 蓮根の明太子和え なめこ汁 オレンジ
	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	(土)	(日)
昼食	寿司三味 	ご飯 ◎牛肉ときのこの炒め物 ◎さんまの甘露煮 里芋といかの煮物 小松菜のお浸し すまし汁 白桃缶	ご飯 ◎厚揚げの味噌チーズ焼き ◎穴子の柳川煮 筍のバター醤油炒め 貝割れと蒲鉾の和え物 すまし汁 パイン缶	◎キーマカレー ◎ハヤシライス 野菜コロッケ シーザーサラダ コンソメスープ プリン	対面料理(天ぷら) 		

※一部変更になる場合があります。ご了承下さい。 愛生苑 管理栄養士