

9 月

献立表

献立表

	(月)	(火)	(水)	(木)	1 (金)	2 (土)	3 (日)
昼食					ご飯 ◎海老フライ ◎さばの味噌煮 ふきと角麩の煮物 錦糸サラダ すまし汁 デラウェア	ご飯 ◎豚しゃぶのボン酢かけ (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 いんげんとウインナーのソテー パンプキンサラダ コンソメスープ いちごヨーグルト
	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
昼食	ご飯 ◎揚げ豆腐の帆立あんかけ ◎アジの梅肉焼き 金平牛蒡 青梗菜と人参の和え物 あおさの赤だし 黄桃缶	◎豚丼 ◎三色丼 里芋といかの煮物 胡瓜のわさび醤油和え すまし汁 バナナ	ご飯 ◎チキン南蛮 ◎カレイのもろみ焼き 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	ご飯 ◎肉豆腐 ◎銀ひらすの照り焼き 筍の炒め物 水菜と帆立の和え物 なめこ汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎ボークチャップ ◎白身魚のムニエル 野菜のコンソメ煮 マカロニサラダ コーンポタージュ フルーチェメロン	お楽しみ食 	ご飯 ◎豚の角煮 ◎赤魚の酒蒸し 高野豆腐の煮物 貝割れとささみの和え物 すまし汁 いちじく
	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)
昼食	◎キーマカレー ◎ハヤシライス 野菜コロッケ チーズのサラダ コンソメスープ アロエヨーグルト	ご飯 ◎豚肉の生姜炒め ◎海老あんかけ玉子焼き 大豆の田舎煮 小松菜のしらす和え あさりの赤だし パイン 生	◎梅ころきしめん ◎なめこおろしそば 竹輪の磯辺揚げ ひじきとささみの和え物 白桃缶	寿司三味 	お祝い膳 	ご飯 ◎鶏のから揚げ ◎ぶりの照り焼き ビーフン炒め ごぼうサラダ すまし汁 黄桃缶	ご飯 ◎厚揚げの甘辛炒め ◎銀ひらすの幽庵焼き 冬瓜と海老の煮物 キャベツとささみの梅和え 味噌汁 バナナ
	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)
昼食	ご飯 ◎牛肉のしぐれ煮 ◎白身魚の紅葉焼き さつま芋と栗の煮物 ほうれん草のピーナッツ和え かきたま汁 フルーチェぶどう	ご飯 ◎豚しゃぶの胡麻ソースかけ ◎カレイのみぞれ煮 筍のバター醤油炒め こんにゃくの白和え 味噌汁 みかん缶	◎親子丼 ◎ネギトロ丼 角麩の煮物 春雨サラダ 味噌汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎とんかつ ◎鮭の西京漬け焼き 青梗菜とあさりの煮物 蓮根の明太マヨ和え すまし汁 梨	ご飯 ◎牛焼き肉炒め ◎さばの梅煮 もやしの胡麻煮 枝豆とひじきの和え物 味噌汁 パイン缶	ご飯 ◎キッシュ ◎クリームシチュー カリフラワーとウインナーのマスタード炒め 水菜とハムのサラダ オニオンスープ 黄桃缶	ご飯 ◎豆腐のキムチ味噌煮 ◎アジの南蛮漬け 青梗菜といかの炒め物 くらげの中華和え わかめスープ キウイヨーグルト
	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	(日)
昼食	ご飯 ◎とんてき ◎海老の柚子胡椒炒め 高野豆腐の煮物 もずく酢菊花のせ 味噌汁 オレンジ	◎ハンバーグのきのこあんかけ ◎カレーライス 白身魚フライ スパサラダ コンソメスープ 柿	ご飯 ◎牛肉の柳川煮 ◎豆腐の味噌チーズ焼き 春雨の和風炒め にらともやしの和え物 すまし汁 りんご缶	◎けんちんうどん ◎月見そば じゃが芋の煮物 ブロッコリーとカニカマのマヨ和え バナナ	デイ対面料理 (天ぷら) 	ご飯 ◎豚肉のしぐれ煮 ◎秋刀魚の甘露煮 卵の花 いんげんのピーナッツ和え かきたま汁 パイン 生	

※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