

〇〇 献立 一覧表 〇〇

2020年 9月

【いぶき】

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)	
朝食	ご飯 味噌汁 野菜ソテー 明太マヨ和え 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 マカロニナポリタン チーズサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 ブレーンオムレツ 生姜和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 惣菜佃煮 おくら和え 漬物	ご飯 味噌汁 カニ風味玉子焼 佃煮和え ふりかけ	
朝間食	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ご飯 味噌汁 白身魚フライ かにかまサラダ パイン缶	ご飯 味噌汁 スパニッシュオムレツ シルバーサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 鶏肉の照焼 酢の物 ブルーチェ	～秋のおすすめランチ～ ご飯 かきたま汁 ポークジンジャー ハムときのことおさつサラダ 梨	菜飯 味噌汁 肉じゃがコロケツ 土佐和え フルーツカクテル缶	ご飯 味噌汁 鶏肉のコンフォートソースがけ もやしサラダ 白桃缶	
昼間食	バウムクーヘン2種	褥瘡予防デザート	ミニピーナツパン	抹茶ミルクプリン あんこ添え	豆腐花(ドウフホア)	紅茶ムース	
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き インディアンポテト 梅なめ茸和え	ご飯 味噌汁 鶏の野菜あんかけ 枝豆ふんわり蒸し しその実和え	ご飯 味噌汁 豚肉と厚揚げの煮物 鰯と野菜の豆乳寄せ 甘酢和え	ご飯 漬汁 鰯の葱味噌焼き 根菜煮 ナムル	ご飯 味噌汁 蒸し鶏の胡麻ドレし 里芋の煮物 茄子の揚げ浸し	ご飯 味噌汁 筑前煮 エビ入り焼売 ごまドレ和え	
	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	
朝食	ご飯 味噌汁 つみれの煮物 ゆかり和え 漬物	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 ほうれん草のマスタードサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 車焼き 煮浸し ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉の煮物 磯和え ゆずみそ	ご飯 味噌汁 いりどり団子 即席和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 厚揚げと青菜の炒め物 大根サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 肉団子の煮物 ビーナツ和え ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	冷やし中華 鶏肉の治部煮 ブロッコリーツナサラダ	ハヤシライス ポテトフライ フレンチサラダ クラッシュゼリー(ビタミン強化)	ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 卵の花和え 黄桃缶	ご飯 栄養強化コンクリームスープ 魚のチーズ焼き ドレッシング和え パイン缶	ご飯 味噌汁 トンカツ ポテトサラダ ブルーチェ	ゆかりご飯 味噌汁 鰯の塩焼き マカロニサラダ 白桃缶	ご飯 味噌汁 煮込みハンバーグ ひじきのサラダ みかん缶
昼間食	～あったかおやつ～ お好み焼き	チョコケーキ	ロールケーキ(モカ)	窯焼きミルクケーキ	バナナカステラ	アップルパイ	
夕食	ご飯 漬汁 鰯の味噌煮 三色彩り炒め 菜の花の梅和え	ご飯 味噌汁 えび団子の中華炒め ひじきの煮物 搾菜和え	ご飯 味噌汁 豆腐の五目あんかけ さつま芋の甘煮 ごま酢和え	ご飯 味噌汁 豚肉のくわ焼き 冬瓜の煮物 あけぼの和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の酒蒸し 大根の煮物 和え物	ご飯 漬汁 豚肉の味噌炒め じゃが芋の煮物 わさびドレッシング和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の変わり焼き ピーマン金平 グリーンサラダ
	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	
朝食	ご飯 味噌汁 三色高野煮 辛子マヨ和え 桜でんぶ	ご飯 味噌汁 つみれの煮物 磯香和え 漬物	ご飯 味噌汁 ウィンナーソーテー ツナサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 干草卵焼き 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 梅和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 ささ身と和え 梅干し	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ おから和え ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ご飯 味噌汁 中華風玉子焼き ツナマヨ和え 黄桃缶	肉そば 餡メンチ かにかま和え	わかめご飯 味噌汁 えびボールの中華炒め カリフラワーとパプリカの甘辛煮 パイン缶	～食べるスープの日～ ご飯 さつま芋のポタージュ 鶏肉のマスタード焼き 牛蒡と水菜のサラダ 杏仁豆腐	ご飯 味噌汁 野菜焼き肉 冷奴 白桃缶	ご飯 味噌汁 クリームコロケツ ふきの土佐煮 みかん缶	チキンカレー かにかまサラダ 福神漬け クラッシュゼリー(ビタミン強化)
昼間食	リンゴ入りきんとん(手作り)	バニラアイス	コーヒーゼリー	バター(チーズ)	褥瘡予防デザート	あんみつ	
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉のオニオンスープ炒め 切り昆布の煮物 浅漬け	ご飯 漬汁 豚肉と茄子の味噌煮 ピッツァソーテー カリフラワーサラダ	味噌汁 鶏肉の梅焼き 金平れんこん しらす和え	ご飯 味噌汁 鰯の生姜煮 ほうれん草としめじの油炒め スパゲティサラダ	ご飯 味噌汁 鰯のおろし煮 レバーのソテー 酢醤油和え	ご飯 味噌汁 五目豆腐ステーキ 茄子の煮物 ごま和え	ご飯 わかめスープ 鰯の南部焼き 筍の高菜炒め パンパキンサラダ
	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	
朝食	ご飯 味噌汁 肉詰めいなり 二色和え 漬物	ご飯 味噌汁 にんじん信田煮 桜和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 竹輪の炒り煮 昆布和え 漬物	ご飯 味噌汁 豆腐のひき肉包み焼き ブロッコリーサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 とろろ 漬物	ご飯 味噌汁 がんもの含め煮 わさび和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め 納豆 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	
昼食	～敬老お祝い膳メニュー～ 赤飯 漬汁 天麩羅盛合せ ほうれん草の白和え 抹茶ブルーチェ	～秋分の日メニュー～ きのこご飯 味噌汁 鰯の塩焼き さつま芋の甘煮 リンゴのコンポート	ご飯 味噌汁 鶏肉の葱焼き お浸し 黄桃缶	ご飯 コンソメスープ ミックスフライ 錦糸和え みかん缶	ご飯 中華スープ 麻婆茄子 ポパイサラダ パイン缶	ご飯 味噌汁 鶏肉のきのこ蒸し ポパイ和え ブルーチェ	ご飯 栄養強化コンクリームスープ オムレツ 菜の花サラダ 黄桃缶
昼間食	ロールケーキ	おはぎ	ミニガナッシュケーキ	窯焼きミルクケーキ	～あったかおやつ～ たいやき	オレンジケーキ	
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 大根のとりみ煮 中華サラダ	ご飯 味噌汁 チーズハンバーグ ツナと白菜の炒め物 オーロラサラダ	ご飯 味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 野菜ソテー 彩りサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の中華炒め じゃこ和え	ご飯 味噌汁 たららの南蛮漬け 金平ごぼう 海苔和え	ご飯 味噌汁 豆腐の五目あんかけ 肉焼売 大根サラダ	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め 納豆 漬物 コーンサラダ
	28(月)	29(火)	30(水)				
朝食	ご飯 味噌汁 高野豆腐煮 もずく酢 ふりかけ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 辛子と和え のり佃煮	ご飯 味噌汁 玉子ロール 海苔和え ふりかけ				
朝間食	牛乳	牛乳	牛乳				
昼食	二色井 味噌汁 豆腐サラダ フルーツカクテル缶	ご飯 味噌汁 若鶏の唐揚げ グリーンサラダ みかん缶	カレーライス ホワイトサラダ 福神漬け クラッシュゼリー(ビタミン強化)				
昼間食	イチゴスペシャル	褥瘡予防デザート	やわらかおかし(のり塩)				
夕食	ご飯 味噌汁 メバルのクリームソース 切干大根煮 土佐醤油和え	ご飯 味噌汁 八宝菜 蒸し餃子 オクラの梅なめ茸和え	ご飯 味噌汁 赤魚の塩焼焼き ぜんまいの炒り煮 和風サラダ				

*都合により献立を変更することがあります。