

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 9月

[老健いぶき]

					1(金)	2(土)	3(日)
朝食					ご飯 味噌汁 ウィンナー炒め 小松菜のかに風味サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 鶏つくね チンゲン菜の信田和え のり佃煮	ご飯 味噌汁 玉子とじ 大根のしその実和え ふりかけ
朝間食					牛乳	牛乳	ジョア
昼食					ご飯 味噌汁 チキンカツ アスパラサラダ フルーチェ	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 菜の花のゆかり和え 白桃缶	ご飯 味噌汁 赤魚の漬け焼き カリフラワーの梅和え パイン缶
昼間食					いちごカステラ	宇治抹茶ロールケーキ	バウムクーヘン
夕食					ご飯 清汁 豆腐の玉子あんかけ 茄子炒め 酢味噌和え	ご飯 コンソメスープ 鱈のパン粉焼き 南瓜のクリーム煮 ほうれん草サラダ	ご飯 味噌汁 筑前煮 枝豆ふんわり蒸し 白菜の磯和え

*都合により献立を変更することがあります。



〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 9月

[老健いぶき]

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ちくわの煮物 玉葱のおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 ソーセージ炒め ほうれん草のごま和え 煮豆	ご飯 味噌汁 三色高野煮 コールスロー ふりかけ	ご飯 味噌汁 つみれの煮物 ブロッコリーツナ和え 漬物	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 菜の花のサラダ うめびしお	ご飯 味噌汁 厚揚げと青菜の炒め物 大根のなめ茸和え たいみそ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 キャベツのゴマドレサラダ ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 栄養強化コーンクリームス 鶏肉のバーベキュー焼き ごぼうサラダ 黄桃缶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 大根のあけほの和え 洋梨缶	冷やし中華 蒸し餃子 チンゲン菜のナムル	ご飯 味噌汁 いかフライ 大根の煮物 クラッシュゼリー(カルシウム強化)	キーマカレー ポテのオーロラサラダ 福神漬け みかん缶	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き 深山和え りんご缶	ご飯 味噌汁 鶏のチリソースかけ レンコンの辛子マヨ和え 杏仁フルーツ
昼間食	和のパンケーキ・黒蜜きな	褥瘡予防デザート (スイートポテト)	いちごクレープ	ピーナッツパン	やわらかおかき(きなこ)	コーヒーゼリー	ロールケーキ
夕食	ご飯 味噌汁 厚揚げの玉子とじ 冬瓜のくず煮 和風サラダ	ご飯 味噌汁 たらの磯焼き 筍の高菜炒め ハムの和え物	ご飯 味噌汁 肉団子の塩糍煮 ビーフソテー かぶとカニカマのサラダ	ご飯 清汁 鶏の味噌焼き 温奴 海藻サラダ	ご飯 味噌汁 カレイの煮付け レバー炒め レンコンサラダ	ご飯 にら玉スープ 麻婆茄子 えび焼売 中華和え	ご飯 味噌汁 カニと青菜の玉子とじ ひじきの煮物 ゆず大根

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 9月

[老健いぶき]

	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ウインナーソテー 小松菜おかか和え のり佃煮	ご飯 味噌汁 いんどり団子の煮物 菜の花のピーナッツ和え 漬物	ご飯 味噌汁 ツナ野菜炒め 笹かまぼこ ふりかけ	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 小松菜の梅和え 煮豆	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ チンゲン菜サラダ 納豆	ご飯 味噌汁 竹輪の炒り煮 かぶの生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 さつま揚げと冬瓜の煮物 ブロッコリーマヨサラダ ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 味噌汁 アジメンチ 豆腐サラダ パイン缶	中華丼 きのこスープ 錦糸ナムル 杏仁豆腐	～食べるスープの日～ ご飯 さつま芋のポタージュ 鶏の唐揚げ 彩りサラダ りんご缶	ご飯 清汁 豚とキャベツの味噌炒め カリフラワーの和風和え フルーチェ	～秋メニュー～ きのこご飯 かきたま汁 鮭の塩焼き 秋野菜のサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏のみぞれあん もやしのしその実和え クラッシュセリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 ホキのカレー醤油焼き 白菜のレモン和え 白桃缶
昼間食	カスタードプリン	～あったかおやつ～ たい焼き	褥瘡予防デザート (ピーチ)	パウンドケーキ(マーブル)	紅葉まんじゅう	カステラ	ミニパターラ
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の炒め物 さつま芋のあずき煮 チンゲン菜のおひたし	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 切干と竹輪の煮物 ほうれん草の土佐和え	ご飯 味噌汁 豆腐の柳川風煮 白菜の炒め物 大根即席漬け	ご飯 味噌汁 たらの野菜蒸し 冬瓜のそぼろ煮物 ほうれん草のわさび和え	ご飯 春菊のスープ 肉団子の酢豚風 中華炒め ザーサイ和え	ご飯 清汁 豆腐バーグの野菜あん 茄子田楽 菜の花のおひたし	ご飯 味噌汁 牛肉コロケ 蓮根の甘辛煮 玉葱とわかめ和え物

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 9月

[老健いぶき]

	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
朝食	ご飯 いわし汁 炒り豆腐 もやしの辛し和え 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 もやしのおかか和え のり佃煮	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 玉葱のおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 炒り玉子 チンゲン菜の胡麻ドレ和え うめびしお	ご飯 栄養強化コーンクリームス スクランブルエッグ ポパイサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 チンゲン菜の桜和え 煮豆	ご飯 味噌汁 えびボールの野菜炒め オクラの塩昆布和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	～敬老お祝い膳～ 赤飯 清汁 天麩羅盛合せ 紅白なます フルーツ 	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の塩昆布炒め 南瓜の甘煮 フルーチェ	ハヤシライス チキンナゲット マカロニサラダ <small>クラッシュゼリー(カルシウム強化)</small>	ご飯 味噌汁 和風ハンバーグ 切干大根煮 黄桃缶	とろろそば 茄子の炒め物 白菜のマスタード和え	～秋分の日メニュー～ さつま芋ごはん けんちん汁 赤魚の葱味噌焼き 蓮根と湯葉の和え物 栗のムース	ご飯 コンソメスープ 鶏のチーズ焼き 海老とカリフラワーのサラダ パイン缶
昼間食	やわらかおかき(えび)	フロマージュ	ロールケーキ	ヨーグルトケーキ	抹茶ケーキ	おはぎ	プチケーキ
夕食	ご飯 味噌汁 肉じゃが ほうれん草の炒め 野菜サラダ	ご飯 栄養強化コーンクリームス スパニッシュオムレツ かぶのコンソメ煮 キャベツの柚子塩糍和え	ご飯 味噌汁 鱈の幽庵焼き 金平ごぼう オクラの和え物	ご飯 中華スープ 八宝豆腐 華風ソテー 胡瓜と玉葱の中華和え	ご飯 清汁 鶏の利休焼き 大根のつや煮 菜の花のゆかり和え	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め 冬瓜とかにかまのとろ煮 白菜の浅漬け	ご飯 味噌汁 豆腐ステーキのきのこあん ピーマンと人参の金平 菜の花のピーナツ和え

*都合により献立を変更することがあります。



〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年 9月

[老健いぶき]

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
朝食	ご飯 味噌汁 信田煮 ほうれん草のささみ和え たいみそ	ご飯 味噌汁 ツナと大根の煮物 菜の花のおひたし 煮豆	ご飯 味噌汁 ミートボール もやしの信田和え 漬物	ご飯 味噌汁 高野豆腐煮 ほうれん草のしそドレ和え 漬物	ご飯 味噌汁 洋風煮 キャベツのごま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 千草卵焼き みぞれ和え 納豆
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 キャベツのおかか和え みかん缶	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き ブロッコリーのレモン和え クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 あじの南蛮漬け 小松菜の生姜和え マンゴー缶	ポークカレー 玉子サラダ 福神漬け フルーツカクテル缶	～十五夜メニュー～ ゆかりご飯 味噌汁 お月見ハンバーグ 里芋のずんだ和え 抹茶みるく	ご飯 オニオンスープ 鶏肉のコーンマヨソース カリフラワーのツナサラダ 黄桃缶
昼間食	水ようかん(芋)	バナナクリームサンド	今川焼(カスタード)	黒糖蒸しパン	～あったかおやつ～ たこ焼き	褥瘡予防デザート(亜鉛強) 水ようかん(栗)
夕食	ご飯 味噌汁 オムレツのクリームソース 茄子のガーリックソテー 野菜のマリネ	ご飯 清汁 厚揚げの味噌炒め 大学芋 しらす和え	ご飯 かぶのスープ 豚ときくらげの炒め かに焼売 チンゲン菜の中華和え	ご飯 じゃが芋ソイスープ メバルのバター焼き マカロニソテー ブロッコリーのオーロラサ	ご飯 味噌汁 肉豆腐 いんげんの土佐炒め もずく酢	ご飯 中華スープ えびボールの中華炒め 蒸し餃子 ナムル



*都合により献立を変更することがあります。