

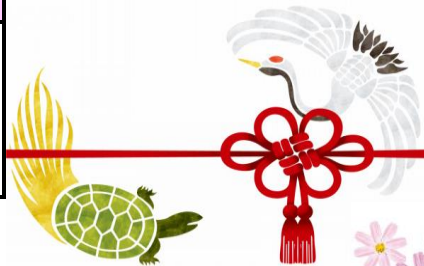


今月の献立表

【デイサービス】2020年9月



月		火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
昼食	赤飯 魚の酒粕煮 南瓜とおからのサラダ すまし汁(もずく) ささみの梅肉だれ 長芋の青のり天ぷら 果物(梨)	ご飯 鶏肉の梅風味焼き 添え(大根、人参) 小松菜の辛し和え 根菜のミルク味噌汁 ポテトサラダ 冬瓜の煮物 果物(黄桃)	ご飯 豚肉のバルサミコ炒め 炒り卵のサラダ 野菜スープ 南瓜のレモン煮 ピーマンのごまよごし 果物(パイナップル)	ご飯 魚の生姜味噌焼き 添え(じゃが芋、椎茸) わかめの酢の物 団子汁 キャベツの海苔和え ひき肉とマカロニの炒め物 果物(洋なし)	ご飯 魚のタルタル焼 添え(人参、インゲン) 五色サラダ じゃが芋と豆乳のスープ ほうれん草のチーズ炒め マスタード和え 果物(びわ)	
		7	8	9	10	11
昼食	ご飯 鯖のコチュジャン焼き 添え(ピーマン) 大根サラダ すまし汁(巻麴) ほうれん草のお浸し じゃがいものサラダ 果物(びわ)	ご飯 鮭のパン粉焼き 添え(じゃが芋) トマトの大葉サラダ コンソメシュリアン 茄子の胡麻和え キャベツの塩昆布和え 果物(パイナップル)	ご飯 豚肉の塩麹炒め ごぼうサラダ さつまい 大根の煮物 南瓜の胡麻和え 果物(ぶどう)	ご飯 魚のもみじ焼き 添え(ブロッコリー) 彩りなます なめこの味噌汁 かまぼこのわさび和え ほうれん草のんにく炒め 果物(キウイ)	ご飯 魚の酒蒸し 添え(人参) 和風ドレッシングサラダ すまし汁(たまねぎ) 錦糸卵のえびしんじょう えびのケチャップ煮 果物(みかん)	チキンカレー 和風サラダ ラッシー 高野豆腐の味噌煮 サーモンマリネ 果物(バナナ)
	14	15	16	17	18	19
昼食	ご飯 鶏の柚子胡椒照り焼き 添え(椎茸、人参) エビの酢の物 呉汁 厚揚げのケチャップ煮 大学芋 果物(マンゴー)	ご飯 魚の梅焼き 添え(ほうれん草) わかめとかにのサラダ 根菜味噌汁 なすの田楽 白菜の浅漬け 果物(白桃)	手作りパンの日 	ご飯 鶏肉と野菜のケチャップ煮 チョップドサラダ コンソメスープ ふわふわ卵焼き さつまいの甘露煮 果物(マンゴー)	ご飯 魚のフライ チーズサラダ 中華スープ 胡麻和え 白菜のゆかり和え 果物(みかん)	きびご飯 豚肉の柚子味噌炒め 法蓮草のサラダ すまし汁(椎茸) 里芋のマスタード和え 人参のんにく炒め 果物(ぶどう)
	21	22	23	24	25	26
昼食	敬老祝賀会  お楽しみ 松花堂 弁当	おにぎり 鶏南蛮そば 南瓜のサラダ オクラの生姜和え じゃが芋の煮物 果物(びわ)	ご飯 豚の生姜焼 キャベツの甘酢和え おろし汁 エビのマヨネーズ和え きのこの和え物 果物(梨)	ご飯 揚げ魚の野菜あんかけ 白和え 赤だし 春雨酢の物 なすの昆布茶煮 果物(白桃)	ご飯 魚の治部煮 添え(大根) きのこのおおか和え 豆乳味噌汁 白菜の海苔和え 梅スパゲッティ 果物(バナナ)	ご飯 鶏の西京焼 添え(はじかみ) いかの梅肉和え すまし汁(魚めん) 人参の煮物 ほうれん草のサラダ 果物(黄桃)
	28	29	30	※赤字はおすすめメニューです。 ※都合によりメニューを変更する場合があります。		
昼食	梅と大葉の混ぜご飯 茶碗蒸し すまし汁(えのきわかめ) 南瓜の味噌バター炒め 彩り団子の煮物 果物(洋なし)	ご飯 豚のピリ辛炒め くるみ和え かき玉汁 きのこの味噌煮 マスタードサラダ 果物(洋なし)	ご飯 魚のんにく味噌焼き 添え(人参) ごぼうの胡麻マヨ和え すまし汁(花麴) 小松菜の辛子和え ジャガイモの梅煮 果物(みかん)			



皆さん、こんにちは。

今月21日はご高齢の方が主役の行事『敬老の日』があります。新型コロナの影響で直接祖父母と会うことが難しい方もいらっしゃると思いますが、そんな時は電話などでも良いので感謝の気持ちを伝えてみてはいかがでしょうか。

さて、そんな敬老の日ですがグリーンヒルみふねのデイサービスでは、敬老の日当日に敬老祝賀会を予定しています。例年通り松花堂弁当の予定ですが、今年は栄養士が考えた新しいメニューも組み込んでいるので喜んで頂けたら幸いです。

また、毎月恒例の手作りパンの日も新しいメニューを考えていますので、調理の様子は当日のブログでご紹介しようと思います。

まだまだ暑い日が続きますが、しっかりとご飯を食べて暑さに負けない体力をつけていきましょう。

栄養士 江原

