

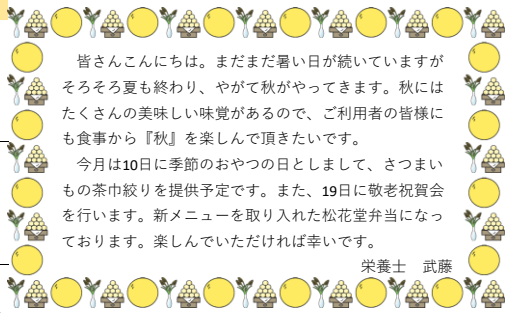
# 今月の献立表

【特養】

2021年9月



		1	2	3	4	5		
朝食	ご飯 味噌汁(えのき) 梅昆布納豆 牛乳	ご飯 味噌汁(おくら) 大根のツナ煮 なめだけ ジョア	ご飯 味噌汁(ほうれんそう) がんもの煮付け 練り梅 牛乳	ご飯 味噌汁(さつまいも) はんぺんの煮物 高菜漬け 麦芽豆乳	ご飯 味噌汁(長芋) さつまいもの煮付け のりたま ヨーグルト	朝食		
	赤飯 豚肉のおろしだれかけ 里芋サラダ 豆乳味噌汁 果物(びわ、キウイ)	ご飯 豚の生姜焼 酢味噌和え 里芋のとりみ汁 果物(みかん、パイナップル)	ご飯 焼き鯖のねぎソースかけ 添え(ジャガイモ) マロニーの酢の物 具沢山味噌汁 バナナヨーグルト	ご飯 魚の蒲焼 添え(南瓜) 胡麻和え かしわ汁 果物(洋なし、みかん)	ご飯 豚肉のチーズ炒め 大豆のサラダ しいたけのスープ 果物(黄桃、バナナ)		昼食	
	ご飯 くずし豆腐の炒り卵 チンゲン菜の中華炒め しらすの甘酢和え すまし汁(あられ)	ご飯 ひじき入りハンバーグ 添え(ブロッコリー) 南瓜のごま味噌煮 キャベツのスープ 豆乳ゼリー	ご飯 スペイン風オムレツ 添え(スナップエンドウ) 大根のそぼろあんかけ いかのピーナツ和え 南瓜のポターージュ	高菜ごはん ごぼうのサラダ 鶏肉のピリ辛煮 すまし汁(巻きふ)	ご飯 焼き魚のおかかマヨネーズかけ 添え(ごぼう) ふるふる大根 キャベツときさきのごま酢和え 貝柱のスープ			夕食
6	7	8	9	10	11	12		
朝食	ご飯 味噌汁(里芋) 人参のたらこ金平 桜大根 牛乳	ご飯 味噌汁(小松菜) 厚揚げの煮付け 桜大根 ヤクルト	ご飯 味噌汁(大根) 卵の花炒り しそ昆布 牛乳	ご飯 味噌汁(ふ) あさりの卵とし ふりかけ(ご飯の友) ジョア	ご飯 味噌汁(えのき) おろし納豆 牛乳	ご飯 味噌汁(巻き鮭) 南瓜のおかか煮 高菜漬 麦芽豆乳	ご飯 味噌汁(キャベツ) ひじきの煮物 沢庵漬 ヨーグルト	
昼食	ご飯 魚のオイスターマヨ焼 添え(じゃが芋) 中華サラダ おろし汁 果物(マンゴー、キウイ)	ご飯 鶏の梅酒煮 添え(花型人参) もやしとピーマンのナムル くずし豆腐のすまし汁 果物(バナナ、洋なし)	ご飯 鶏の明太マヨ焼き 添え(さつまいも) おろし和え すまし汁(手まり鮭)	ご飯 鶏の味噌煮 添え(法蓮草) 煮し鶏の梅肉和え 吉野汁 果物(バナナ、洋なし)	ご飯 魚のオーロラソース焼き 添え(ブロッコリー) ひじきのパスタサラダ キャベツのスープ 果物(黄桃、オレンジ)	ご飯 鶏のオイスターソース煮 添え(ながいも) 大豆の味噌サラダ すまし汁(しんじょう) リンゴのシナモン煮	ご飯 焼き鮭のとろろあんかけ 添え(ごぼう) さつまいものサラダ チキンスープ 果物(洋なし、びわ)	昼食
夕食	ご飯 鶏のブラウンソース煮込み 添え(じゃがいも) キャベツとしらすのマヨサラダ ブロッコリーの卵あんかけ すまし汁(かまぼこ)	ご飯 魚の大葉味噌焼き 添え(南瓜) キャベツのおかか和え ごぼうのピリ辛炒め すまし汁(とろろ)	ご飯 魚の味噌漬焼 添え(南瓜) 厚揚げのピリ辛煮 ミルクゼリー 根菜スープ	ご飯 鶏のマヨネーズ焼き 添え(ピーマン) 南瓜の味噌そぼろ煮 ゆで卵のサラダ すまし汁(花鮭)	ご飯 鶏の黒糖生姜煮 添え(花人参) 法蓮草の柚子和え 南瓜のいとこ煮 すまし汁(とろろ)	ご飯 魚のにんにく味噌焼き 添え(ごぼう) 花野菜のミルク煮 かにの酢の物 すまし汁(えのき)	ご飯 回鍋肉 春雨サラダ エビチリ 中華スープ	夕食
13	14	15	16	17	18	19		
朝食	ご飯 味噌汁(木綿豆腐) 長芋のトロ煮 梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋) 青菜の煮浸し しそ昆布 ヤクルト	ご飯 味噌汁(ふ) ちくわの煮付け おかかふりかけ	ご飯 味噌汁(たまねぎ) ツナ納豆 ジョア	ご飯 味噌汁(キャベツ) じゃが芋のめんたい金平 もろみ 牛乳	ご飯 味噌汁(山手) 鮭とキャベツの炒め煮 桜大根 麦芽豆乳	パン ベーコンスープ ウインナーの炒め物 ヨーグルト	朝食
昼食	黒米ご飯 豚肉のごまだれかけ もやしのおかか和え 貝汁 果物(びわ、マンゴー)	ご飯 魚の梅しそ焼き 添え(茄子) 南瓜の白和え すまし汁(なると) 果物(洋梨、みかん)	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(湯葉) 果物(黄桃、バナナ)	ご飯 鶏の甘酢煮 添え(さつまいも) 南瓜のサラダ 豆腐のすまし汁 果物(梨)	ご飯 鶏の柚子胡椒味噌揚げ 添え(ブロッコリー) キャベツのおかか和え いわしのつみれ汁 果物(びわ、パイナップル)	ご飯 魚の治部煮 添え(法蓮草) わかめサラダ 里芋の味噌汁 りんごの甘煮	パン ホタテの混ぜご飯 天ぷら すき焼き テリヤキ 魚の煮付け 柿なます 涼花	昼食
夕食	ご飯 魚のおろし煮 添え(ブロッコリー) アスパラガスの中華和え 桜えびの卵とし 根菜味噌汁	ご飯 鶏のゲチャップ焼き 添え(ブロッコリー) 大根サラダ あさりの味噌炒め ほたてのスープ	ご飯 牛肉のたれ焼 あさりとにらの卵とし ポテトサラダ すまし汁(たまご豆腐)	ご飯 魚の揚げ煮 しらすの酢の物 ほうれん草のにんにく炒め すまし汁(たまねぎ)	ご飯 卵焼きのみぞれあんかけ 小松菜のピーナツ和え 鶏肉の炒め煮 すまし汁(おくら)	ご飯 煮し鶏の胡麻ソース 添え(ブロッコリー) あさりの味噌炒め 小松菜の納豆和え キャベツのスープ	あんかけそぼろ丼 カラフルサラダ すまし汁(大根) りんごゼリー	夕食
20(敬老の日)	21	22	23(秋分の日)	24	25	26		
朝食	ご飯 味噌汁(大根) 煮炊 刻み沢庵 牛乳	ご飯 味噌汁(じゃがいも) 高野豆腐の煮物 高菜漬 ヤクルト	ご飯 味噌汁(じゃがいも) ベーコンの炒めもの ふりかけ(ご飯の友) 牛乳	ご飯 味噌汁(おくら) ブロッコリーのおかか煮 のりたま ジョア	ご飯 味噌汁(大根) じゃがいものそぼろ煮 なめだけ 牛乳	ご飯 味噌汁(南瓜) 豆腐の煮物 のりたま 麦芽豆乳	ご飯 味噌汁(しいたけ) 南瓜のじゃこ煮 おかかふりかけ ヨーグルト	朝食
昼食	ご飯 鶏の辛味噌揚げ 添え(白菜ゆかり) 玉ねぎサラダ 胡麻スープ 果物(バナナ、びわ)	ご飯 鶏のにんにくマヨ焼き 添え(スパゲッティ) ミモザサラダ 吉野汁 果物(キウイ、マンゴー)	ご飯 魚の生姜味噌焼き 添え(南瓜) しらすの酢の物 すまし汁(ほうれんそう) 果物(みかん、バナナ)	ご飯 麻婆豆腐 酢の物 かきたま汁 果物(びわ、マンゴー)	ご飯 魚の梅酢あんかけ ほたてのサラダ 豆乳味噌汁 果物(梨)	シーフードカレー かにサラダ ハニエラッシー 果物(バナナ、マンゴー)	ご飯 鶏の味噌香揚げ 添え(人参) ほうれん草の辛子和え ベーコンのスープ 果物(びわ、黄桃)	昼食
夕食	ご飯 牛肉の中華風炒め 南瓜の柚子和え 人参と空豆のつや煮 すまし汁(大根)	ご飯 焼き魚の胡麻ソースかけ 添え(キャベツ) 茄子のおかか煮 すまし汁(筍炒め) ミルクティーゼリー	ご飯 温泉卵の野菜あんかけ 鶏肉のカレー炒め カリフラワーの梅和え すまし汁(茶そば)	ご飯 魚のかきたまあん おから 柚子胡椒サラダ すまし汁(かまぼこ)	ご飯 豚肉の生姜おろしかけ そうめんサラダ 厚揚げとひじきの煮物 すまし汁(もずく)	ご飯 魚の香り煮 添え(里芋) チーズ野菜炒め すまし汁(あおさ) カフェオレゼリー	ご飯 和風オープンオムレツ 添え(ブロッコリー) なすのツナ和え 長いもの土佐煮 すまし汁(えのき)	夕食
27	28	29	30	敬老会				
朝食	ご飯 味噌汁(おくら) 里芋のそぼろ煮 もろみ 牛乳	ご飯 味噌汁(南瓜) 切干大根の煮物 しそ昆布 ヤクルト	ご飯 味噌汁(さつまいも) 炒り卵 高菜漬 牛乳	ご飯 味噌汁(じゃがいも) なめ茸納豆 ジョア	皆さんこんにちは。まだまだ暑い日が続いていますが、そろそろ夏も終わり、やがて秋がやってきます。秋にはたくさん美味しい味覚があるので、ご利用者の皆様にも食事から『秋』を楽しんで頂きたいです。今月は10日に季節のおやつの日としまして、さつまいもの茶巾絞りを提供予定です。また、19日に敬老祝賀会を行います。新メニューを取り入れた松花堂弁当となっております。楽しんでいただければ幸いです。			
昼食	ご飯 魚のごま味噌煮 添え(ながいも) 茄子ともやしのナムル風 ねぎのスープ 果物(バナナ、みかん)	ご飯 魚のピカタ 添え(ジャガイモ) 白きくらげの酢の物 コーンスープ 果物(洋梨、みかん)	ご飯 鶏の薬味ソースかけ 添え(花人参) 豆腐サラダ 根菜味噌汁 果物(キウイ、バナナ)	ご飯 魚の煮付け 添え(里芋) 辛し和え すまし汁(はなふ) 果物(みかん、バナナ)	※赤字はおすすめメニューです。 ※都合によりメニューが変更する場合があります。			
夕食	ご飯 きゅうりの甘酢和え 鶏肉のにんにく炒め 白菜のスープ	ご飯 豚肉のオイスター煮 じゃがいものカレー煮 海の幸サラダ すまし汁(たまねぎ)	ご飯 魚のバター焼き 添え(しいたけ) 大根といかの煮物 南瓜サラダ ポテトスープ	ご飯 牛肉の生姜炒め 茄子のオイスターソース煮 もやしの胡麻和え すまし汁(わかめ、えのき)	※赤字はおすすめメニューです。 ※都合によりメニューが変更する場合があります。			



※赤字はおすすめメニューです。  
※都合によりメニューが変更する場合があります。