

2023年9月通常献立表



※事業所によってはおやつを提供があります。
 ※病状によっては通常と異なる献立の場合があります。

	01日(金)	02日(土)	03日(日)	04日(月)	05日(火)	06日(水)	07日(木)
朝	ご飯 がんもと冬瓜の煮物 春菊のごま和え のり佃煮 みそ汁(うずまき麩・貝割) 牛乳	ご飯 納豆 ベーコンと野菜の炒め かつおおかか みそ汁(ほうれん草・えのき) 牛乳	ご飯 大根と鶏肉の炒り煮 いんげんのピ-ナツ和え ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	ご飯 厚揚げの甘辛煮 オクラの和風和え たいみそ みそ汁(チゲ)菜・おつゆ麩) 牛乳	ご飯 チキンオムレツ 付)小松菜 カリフラワーのサラダ ふりかけ(カツオ) みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	ご飯 和風ミートボール 付)大根おろし しらすとほうれん草の生姜和え うめびしお みそ汁(もやし・かぶ葉) 牛乳	ご飯 野菜炒め 温泉卵 香の物(つぼ漬) みそ汁(冬瓜・ねぎ) 牛乳
昼	ご飯 豚肉のゆず醤油炒め なすの煮物 フルーツ缶(りんご) みそ汁(白菜・水菜)	ご飯 ほっけの七味焼き 付)オクラ 金平ごぼう キャベツのゆかり和え みそ汁(長葱・カ)	ポークカレー ブロccoliのサラダ ヨーグルトデザート 香の物(福神漬)	ご飯 赤魚の煮付け 付)花人参・長葱 しろなのお浸し フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(かぶ・かぶ葉)	ご飯 回鍋肉 大根の中華和え フルーツ(オレンジ) 中華スープ(うまい菜・椎茸)	ご飯 豚肉の漬け焼き 付)しろな 豆腐チャンプル フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(白菜・うずまき麩)	ご飯 牛肉のしぐれ煮 カリフラワーのゆず風味和え フルーツ(キウイ) みそ汁(畑菜・しめじ)
夕	ご飯 鶏肉のみりん焼き 付)スナップエンドウ しろなの煮浸し フルーツ(メロン) 香の物(桜だいこん)	ご飯 チキン南蛮 タルタルソース) 付)人参グラッセ・パスタ えびとかぶのスープ煮 フルーツ(バナナ) きゅうりの塩昆布和え	ご飯 白身魚の味噌焼き 付)ピーマン ぜんまい煮 畑菜の和え物 フルーツ(パイナップル)	ご飯 鶏肉の香味ソース 香味ソース) 付)スナップエンドウ かに焼売 春雨サラダ フルーツ(キウイ)	ご飯 鮭の辛子マヨネーズ焼き 付)いんげん 里芋のそぼろ煮 フルーツ缶(黄桃) 香の物(赤しその実漬)	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)ブロッコリー・甘煮人参 れんこんきんぴら フルーツ(メロン) きゅうりとワカメのポン酢和え	ご飯 白身魚の梅肉焼き 付)茄子 切干大根の炒め煮 小松菜のおかか和え うずら豆



	08日(金)	09日(土)	10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)
朝	ご飯 肉詰めいなりの煮物 長芋とろろ あみえび佃煮 みそ汁(うまい菜・えのき) 牛乳	ご飯 じゃが芋のそぼろ炒め ブロッコリーとツナのサラダ 金山寺みそ みそ汁(大根・うずまき麩) 牛乳	ご飯 炒り豆腐 二色浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(かぶ・かぶ葉) 牛乳	ご飯 ふんわり寄せの煮物 カリフラワーのマヨネーズ和え 香の物(青しその実漬け) みそ汁(しろな・おつゆ麩) 牛乳	ご飯 さつま揚げとかぶの煮物 白菜の海苔和え かつおおかか みそ汁(ほうれん草・玉葱) 牛乳	ご飯 鮭の塩焼き 付)大根おろし キャベツのサラダ たいみそ みそ汁(里芋・油揚げ) 牛乳	ご飯 とりつくね 付)スナップエンドウ ほうれん草のお浸し ふりかけ(カツオ) みそ汁(玉葱・ワカメ) 牛乳
昼	ご飯 あじの塩麹焼き 付)いんげん ほうれん草のごま和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(さつま芋・玉葱)	ご飯 鶏肉ときのこの中華炒め しろなともやしのナムル フルーツ缶(洋梨) 中華スープ(春雨・大根葉)	ご飯 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ・トマト さつま芋と昆布の煮物 フルーツ(りんご) みそ汁(長葱・油揚げ)	ご飯 牛肉の香味焼き 付)人参きんぴら チンゲン菜とほたての和え物 フルーツ(バナナ) みそ汁(もやし・貝割)	ご飯 しいらの和風ムニエル 付)ピーマン なすの揚げ浸し フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(あさり・小松菜)	肉うどん 具) 卵の花 たまごとブロッコリーのサラダ ゼリー	ご飯 ゆで豚のごまだれかけ 付)もやし・赤ピーマン 白菜の煮浸し フルーツ缶(黄桃) みそ汁(じゃが芋・かぶ葉)
夕	ご飯 ひれかつ ソース) 付)キャベツ・レモン ちくわとかぶの煮物 フルーツ缶(マンゴー) 浅漬け(白菜)	ご飯 さばの味噌煮 付)オクラ・花人参 なすの炒め物 フルーツ(パイナップル) 香の物(しば漬け)	ご飯 ほっけのみりん焼き 付)小松菜 冬瓜のえびあんかけ フルーツ缶(ミックス) わかめ佃煮	ご飯 鶏肉の照り焼き 付)アスパラ 厚揚げと大根の煮物 フルーツ缶(みかん) もずく酢	ご飯 ハンバーグ きのこソース) 付)いんげん・人参グラッセ じゃが芋のカレー炒め フルーツ(キウイ) ピクルス	ご飯 黄金かれいの煮付け 付)オクラ・花麩 しろなとちくわの炒め フルーツ(オレンジ) 茶福豆	ご飯 かにかま入り卵焼き 和風あん) ひじきの煮物 焼き茄子 フルーツ(パイナップル)



	15日(金)	16日(土)	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)
朝	ご飯 納豆 豚肉と大根の炒り煮 香の物(赤しその実漬け) みそ汁(畑菜・うずまき麩) 牛乳	ご飯 ウィンナーソーテー オクラとしらすのお浸し ぶりかけ(さけ) みそ汁(豆腐・きぬさや) 牛乳	ご飯 厚揚げと里芋の煮物 小松菜のお浸し あみえび佃煮 みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	ご飯 炒り豆腐 ほうれん草の和え物 のり佃煮 みそ汁(さつま芋・貝割) 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ ぶりかけ(しそ) みそ汁(油揚げ・か)X 牛乳	ご飯 がんもの含め煮 白菜のゆかり和え うずら豆 みそ汁(畑菜・長葱) 牛乳	ご飯 さつま揚げと里芋の炒め煮 春菊のおかか和え たいみそ みそ汁(冬瓜・きぬさや) 牛乳
昼	ご飯 牛肉のバター醤油焼き 付)いんげん チンゲン菜のお浸し フルーツ缶(ミックス) みそ汁(卵・しめじ)	ご飯 さわらの生姜煮 付)スナップエンドウ・花人参 れんこんきんぴら フルーツ(オレンジ) みそ汁(しろな・えのき)	ご飯 チキンのカレーグリル 付)ブロッコリー・トマト かぶのコンソメ煮 フルーツ(パイナップル) コーンポタージュスープ	赤飯 銀だら照り焼き 付)ふくさ卵・オクラ お吸物(花麩・みつば) 柚子なます 梨	敬老の日 ご飯 フライ二種盛り ソース) 付)キャベツ いんげんのごま和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(かぶ・かぶ葉)	ご飯 鶏肉のトマトソース トマトソース) 付)スナップエンドウ ジャーマンポテト フルーツ(オレンジ) コンソメスープ(うまい菜・マッシュルーム)	ご飯 トンテキ たれ) 付)ブロッコリー マカロニサラダ フルーツ缶(ミックス) みそ汁(キャベツ・油揚げ)
夕	ご飯 鶏肉と葱の塩炒め かぼちゃの煮物 フルーツ(バナナ) 浅漬け(キャベツ)	ご飯 プルコギ 焼き餃子 もやしのナムル フルーツ缶(マンゴー)	ご飯 ほっけの塩焼き 付)大根おろし・レモン なすの肉味噌かけ フルーツ缶(りんご) 香の物(しば漬け)	ご飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 付)アスパラ ぜんまい煮 フルーツ缶(みかん) 白菜の生姜醤油和え	ご飯 牛肉としめじのオスターソース炒め 冬瓜のくずあんかけ フルーツ(キウイ) 香の物(つぼ漬け)	ご飯 牛肉の山椒焼き 付)しろな 金平ごぼう きゅうりともやしの和風和え フルーツ缶(黄桃)	ご飯 鮭のねぎ塩焼き 付)さつま芋・いんげん かぶとえびの煮物 フルーツ(パイナップル) 高菜漬け



	22日(金)	23日(土)	24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)
朝	ご飯 焼き豆腐の煮物 ほうれん草とちくわのお浸し ぶりかけ(のりたま) みそ汁(玉葱・カ) 牛乳	ご飯 オムレツ 付)ブロッコリー オクラのなめたけ和え のり佃煮 みそ汁(かぶ・貝割) 牛乳	ご飯 にしんの梅煮 付)いんげん 青菜のお浸し ぶりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・ねぎ) 牛乳	ご飯 じゃが芋とツの炒め物 冷奴 香の物(青しその実漬) みそ汁(畑菜・カ) 牛乳	ご飯 納豆 大根の甘辛煮 浅漬(きゅうり) みそ汁(もやし・水菜) 牛乳	ご飯 ぶんわり寄せの煮物 キャベツとしらすの和え物 ぶりかけ(のりたま) みそ汁(うまい菜・しめじ) 牛乳	ご飯 とりつくね 付)アスパラ なすのおろし醤油和え かつおおかか みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳
昼	ご飯 赤魚の焼き浸し 付)れんこん・花人参 なすの炒め物 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(なめこ・長葱)	ご飯 鶏肉の香味焼き 付)スナップエンドウ ビーフン炒め 二色浸し みそ汁(もやし・うずまき麩)	ご飯 切干大根入り卵焼き 和風あん) 付)春菊 ひじきの煮物 フルーツ(パイナップル) みそ汁(冬瓜・大根葉)	きのこカレー コールスローサラダ ジョア(ストロベリー) 香の物(福神漬)	ご飯 黄金かれいの生姜煮 付)オクラ・花麩 ほうれん草のお浸し フルーツ缶(黄桃) みそ汁(玉葱・かぶ葉)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 付)スナップエンドウ・トマト チンゲン菜と魚肉ソーセージの炒め物 フルーツ缶(みかん) みそ汁(カ・おつゆ麩)	海鮮ちゃんぽん 焼売 ブロッコリーの中華和え フルーツ缶(マンゴー)
夕	ご飯 ミートローフ デミソース) 付)アスパラ ポトフ フルーツ(キウイ) ピクルス	ご飯 白身魚のタルタルソース焼き 付)玉葱・ピーマン 里芋の味噌煮 フルーツ(メロン) 香の物(桜だいこん)	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め なすの揚げ浸し フルーツ缶(マンゴー) きゅうりの酢の物	ご飯 ほっけの漬焼き 付)人参きんぴら しろなの信田煮 カリフラワーの和風サラダ フルーツ(オレンジ)	ご飯 豚肉ときくらげの卵炒め 里芋の煮ころがし 白菜の塩昆布和え フルーツ(キウイ)	ご飯 あじのみりん焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 畑菜の辛子和え フルーツ(りんご)	ご飯 牛肉の味噌マヨネーズ炒め かぶのくず煮 フルーツ(パイナップル) 人参サラダ



	29日(金)	30日(土)				
朝	ご飯 スクランプルエッグ 青菜の磯和え ふりかけ(しそ) みそ汁(もやし・油揚げ) 牛乳	ご飯 厚揚げの含め煮 ほうれん草とほたての和え物 のり佃煮 みそ汁(じゃが芋・ねぎ) 牛乳				
昼	さつまいもご飯 鮭の幽庵焼き 付) 畑菜 冬瓜のそぼろがけ メロン みそ汁(豆腐・貝割)	ご飯 鶏肉の七味焼き 付) ピーマン 金平ごぼう フルーツ(オレンジ) みそ汁(玉葱・わか)				
夕	ご飯 鶏肉のバター醤油ソース (バター醤油ソース) 付) いんげん・甘煮人参 キャベツと沢庵の和え物 フルーツ缶(ミックス) もずく酢	ご飯 フライ二種盛り ソース) 付) ブロッコリー 豚肉と大根のオムレツ煮 フルーツ缶(りんご) 香の物(赤しその実漬け)				

