

2022年09月 月間献立表(昼・間食)
(常食(デイ))

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日	2日	3日
昼	昼	昼	昼	赤飯 牛肉の甘辛煮 付) 絹さや もやしのラー油炒め わらびのお浸し 赤だし汁(なめこ) 巨峰(ケアデイ)	米飯 白身魚の加-ムニエル 付) ジャーキャロット 牛肉と春雨の中華炒め 白菜のゆかり和え 吸い物(はんぺん) ぶどうゼリー	親子丼 里芋のそぼろ煮 高菜漬 味噌汁(もやし) フルーツ(パイン缶)
間	間	間	間	ココア蒸しパン	あんこパイ	白桃かん
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
米飯	米飯 白身魚の甘酢あんかけ ゴーヤの味噌炒め 焼きなす けんちん汁 煮豆(金時豆)	チキンソテー 付) ジャーキャロット ピーマンのおかか煮 トマトのサラダ コンソメスープ フルーツ(バナナ)	米飯 魚の味噌煮 付) 絹さや ビーフン炒め ポテトサラダ 清まし汁(トコ昆布)ケ 野菜たっぷりゼリー	チキンカレー ひじきのサラダ らっきょう漬 ヨーグルト	栗ご飯 牛肉の柳川風 じゃが芋の金平 かっぱ漬 吸い物(はんぺん) 芋ようかん	米飯 魚の照焼き 付) オクラ れんこんのおかか煮 ところてん 味噌汁(人参) フルーツ(黄桃缶)
間	ヨーグルトケーキ	さつまいも蒸しパン	黒糖くるみケーキ	冷やしおしろこ	紅茶とりんごのケーキ	ロールケーキ(キャラメル)
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
米飯	五穀ご飯170g 魚のレモン焼き 付) いんげん 豚肉としらたきの煮物 小松菜のアーモンド和え かき玉汁 フルーツ(甘夏缶)	米飯 鶏肉の照焼き 付) アスパラ・コーン 南瓜の煮物 白菜の塩昆布和え 呉汁 いちごゼリー	ご飯 きつねうどん キャベツのゆず和え フルーツ(バナナ)	米飯 さんまの塩焼き アスパラと豚肉の炒め マカロニサラダ 赤だし汁(豆腐) ブルーベリージュレ	米飯 天ぷら盛り合わせ 高野豆腐の煮物 胡瓜の酢の物 吸い物(紅葉麩) フルーツ(巨峰)	牛丼 さつまいもとリンゴのサラダ しば漬 味噌汁(南瓜) フルーツ(オレンジ)
間	フルーツヨーグルト	たこ焼き	どらやき風	蒸しパン	あんこパイ	プチュー
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
米飯	米飯 鶏肉のトマトソース煮 付) ブロッコリー Eビとアスパラの香り炒め 小松菜のシラス和え 吸い物(かまぼこ) フルーツ(梨)	米飯 豚肉の味噌漬け焼き 付) アスパラ・コーン 野菜のひろうす 白菜のくるみ和え 清まし汁(トコ昆布)ケ おはぎ	さつまいもご飯 魚のごま醤油煮 付) 絹さや なすのひき肉あん 小松菜の塩昆布和え 味噌汁(わかめ) パインゼリー	クロワッサン(デイ) 玉子サンド クリームパン キャベツとハムのサラダ コーンポタージュ キャラメルプリン	五穀ご飯170g チキンソテー 付) 花人参 大根とちくわの煮物 ところてん コンソメスープ フルーツ(洋梨缶)	米飯 魚のバター醤油焼き 付) 小松菜ミックス なすの炒め煮 冷やっこ 豚汁 煮豆(金時豆)
間	蜜おさつ	クレープ	マドレーヌ	アップルパイ	きなこ蒸しパン	今川焼
25日	26日	27日	28日	29日	30日	
米飯	麦ご飯170g 魚のきのこあんかけ 豚肉と春雨の中華炒め 刺身こんにゃく 赤だし汁(あおさ) 黒ゴマプリン	ご飯 ちゃんぽん 小松菜のピーナツ和え フルーツ(甘夏缶)	米飯 さんまの塩焼き 豚バラとナスの旨煮 豆腐とトマトのサラダ 味噌汁(巻き麩) フルーツ(梨)	米飯 海老チリ(新) 高野豆腐の含め煮 かっぱ漬 中華春雨スープ 杏仁豆腐	米飯 豚肉の青しそ炒め 里芋のゆず味噌かけ ほうれん草の山吹和え わかめスープ 抹茶ババロア	
間	ココア蒸しパン	紅あずま密煮	黒糖くるみケーキ	きなこ蒸しパン	たこ焼き	
		メモ				
昼	昼					
間	間					