

9月分献立表

	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
選択食				A: 太刀魚の梅おろしポン酢 B: 鶏肉の塩麴焼き	A: 白身魚のバター焼き B: ポークチャップ	A: 鮭のチャーハン B: 肉団子の甘酢あん
通常献立				ご飯 里芋の煮物 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 ジャーマンポテト ピクルス コンソメスープ	ご飯 (B) チンゲン菜の炒め物 冷奴 中華スープ・オレンジゼリー (A)
おやつ				カステラ	塩饅頭	ココアロール
	5日	6日	7日	8日	9日	10日
選択食	A: 赤魚の甘辛煮 B: 豚肉の生姜炒め煮	A: カレイの煮付け B: 牛皿	A: ホキの塩焼き B: とんかつ	長寿ご飯の日		A: 鱈の野菜あんかけ B: 胡麻だれ冷麺
通常献立	ご飯 ピーマンと竹輪の炒め物 長芋の短冊 味噌汁	ご飯 蓮根の金平 胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 ひじきの煮物 豆腐のサラダ お吸い物	ご飯 鮭のねぎ味噌焼き 冬瓜のそぼろ煮・蓮根の梅肉和え お吸い物	菜飯 (B半量) 焼き餃子 しる菜とじゃこの菊花和え 味噌汁 (A)・りんごゼリー (B)	さつま芋ご飯 秋刀魚の塩焼き・秋茄子の田楽 ほうれん草ときのこの湯葉和え お吸い物・デザート
おやつ	きんつば	フルーツ	黒胡麻饅頭	ミニオレンジマフィン	ねりきり	うさぎ饅頭
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
選択食	A: かき揚げ B: 鶏肉の味噌だれ焼き	A: メルルーサのピカタ B: ビーンズカレー	A: 鱈の西京焼き B: 和風ハンバーグ	A: 赤魚の照り焼き B: 豚大根	A: ホキの柚子煮 B: 牛肉の野菜炒め	A: スズキの酒蒸し B: 鶏肉の南部焼き
通常献立	ご飯 金時豆 胡瓜の梅肉和え お吸い物	ご飯 (A) きのこのソテー 和風サラダ コンソメスープ (A)・ヨーグルト (B)	ご飯 高野豆腐の煮物 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 竹輪の金平 しる菜の錦糸和え 味噌汁	ご飯 ピーマンのじゃこ炒め ごぼうのサラダ お吸い物	ご飯 里芋の煮物 玉ねぎのおかか和え 味噌汁
おやつ	エクレア	柚子饅頭	トラロール	ソフトクリーム		レモンケーキ
	19日	20日	21日	22日	23日	24日
選択食	敬老の日膳		A: ホッケの塩焼き B: 木の葉丼	A: 鯖の味噌煮 B: 豚肉の冷しゃぶ風	A: 秋刀魚のカレー風味焼き B: きのこのミートソーススパゲティ	A: 鱈の塩麴焼き B: 筑前煮
通常献立	栗とあずきのご飯 天ぷら 炊き合わせ・紅白なます お吸い物・デザート		ご飯 (A) ぜんまいの煮付け キャベツの醤油マヨ和え 味噌汁・漬物 (B)	ご飯 厚揚げの甘辛煮 茄子の生姜和え お吸い物	ご飯 (B半量) 南瓜のコロッケ ほうれん草のピーナッツ和え コンソメスープ	ご飯 しらたきとピーマンの炒め物 玉子豆腐 味噌汁
おやつ	紅饅頭		牛乳ケーキ	薄皮利休	おかしなバナナ	水羊羹小豆
	26日	27日	28日	29日	30日	
選択食	A: 太刀魚の幽庵焼き B: 柳川風煮	A: 鱈のホイル焼き B: 麻婆豆腐	長寿ご飯の日		A: 鱈の生姜煮 B: 鶏肉の照り焼き	A: サーモンフライ B: 豚肉のカレー炒め
通常献立	ご飯 里芋の煮ころがし 白菜の辛子和え 味噌汁	ご飯 海老シュウマイ 胡瓜の中華風和え物 中華スープ	秋のちらし寿司 金平ごぼう ほうれん草のおきな和え 茶碗蒸し・デザート	ご飯 さつま芋のオレンジ煮 チンゲン菜のわさび和え お吸い物	ご飯 ブロッコリーとハムのソテー コンソメスープ ピーチフルーチェ	
おやつ	あんずケーキ	田舎饅頭	鯛焼きクリーム	黒糖棒	ワッフルスティック	

