



9月分献立表

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| | 秋の味賞 | | | 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 | 秋の行楽弁当 | | 長寿ご飯の日 | | A: 魚の竜田揚げ B: 豚肉のねぎ塩風味炒め |
| 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 | きつま芋ご飯 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 | 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 しろ菜とじゃこの菊花和え 味噌汁 (A)・りんごゼリー (B) | ご飯 白菜のカニカマ煮 ブロッコリーの胡麻和え かき玉汁 |
| 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: 鯖の西京焼き 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 しろ菜の錦糸和え 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 | さとうきび饅頭 | レモンケーキ | ソフトクリーム |
| | 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: 鯖の塩麴焼き B: 筑前煮 | A: カレイのきのこあんかけ B: 牛肉の甘辛炒め |
| 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 | 水羊羹小豆 | プチガトーケーキ |
| | 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: 鯖のホイル焼き B: 麻婆豆腐 | 長寿ご飯の日 | | 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 | |
| おやつ | あんずケーキ | 田舎饅頭 | 鯛焼きクリーム | | 黒糖棒 | 手作りおやつ |