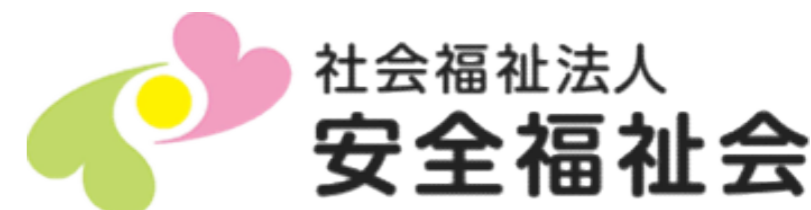




令和5年9月 献立表



	1	2	3	4	5	6	7
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 五目大豆煮 牛乳 桜漬け	麦ご飯 味噌汁 キャベツの卵炒め 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 人参金平 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 山菜煮 ジョア 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ごぼうの卵とじ 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 あげ煮 牛乳 青かつぱ
昼食	ご飯 タラのチーズ焼き パプリカマリネ 青梗菜の煮浸し バナナ	中華飯 わかめスープ きゅうりと麩の酢の物 ミルクゼリー	ご飯 牛肉の塩だれ炒め アスパラのツナマヨ和え 大根のべっこう煮 オレンジ	ご飯 親子煮 ひじきの中華和え かぼちゃソテー りんご	ゆかりご飯 とろろそば キャベツとささみの辛子和え 黄桃缶	ご飯 赤魚の塩焼き 小松菜のクルミ和え さつまいものレモン煮 キウイ	サンドイッチ コンソメスープ 海藻サラダ フライドポテト 白桃缶
3時	ほうじ茶プリン	スイートポテト		お好み焼き	クレープ	ババロア	黒糖まんじゅう
夕食	ご飯 鶏の柚子こしょう焼き もやしの黒ゴマ和え 里芋煮 白桃缶	ご飯 ポテトコロケ ブロッコリーサラダ きのこソテー キウイ	ご飯 カレーの煮つけ ほうれん草のおかか和え じゃが芋のベーコン炒め パイン缶	ご飯 豚肉のパイナップルソースかけ レタスの和風サラダ あげ天煮 みかん缶	ご飯 肉団子と野菜のスープ煮 トマトと大葉の和え物 なすの甘辛炒め バナナ	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ 白菜のしらす和え 舞茸とピーマン炒め パイン缶	ご飯 ぶり大根 カリフラワーのゆかり和え セロリソテー オレンジ

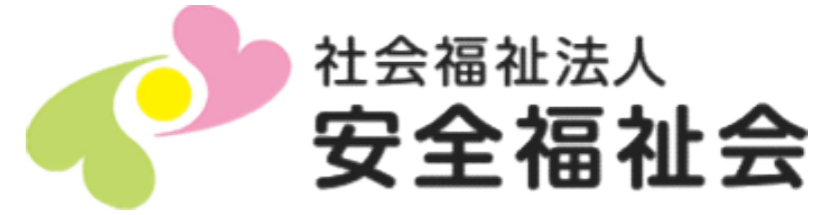


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和5年9月 献立表



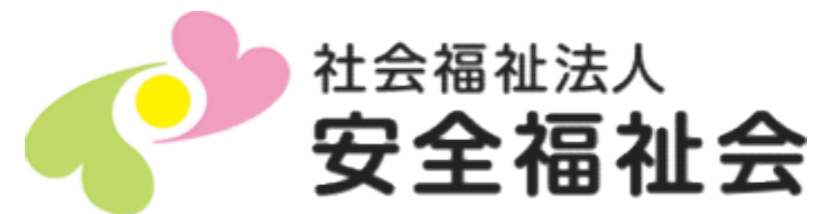
	8	9【昼食選択日】	10	11	12	13	14
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 あげ煮 牛乳 しば漬け	麦ご飯 味噌汁 里芋のそぼろ煮 牛乳 なすソテー	カルシウムご飯 味噌汁 なすソテー 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げ煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 金時豆の甘煮 ジョア たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 ほうれん草の煮浸し 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 干びよう煮 牛乳 のり佃煮
昼食	ご飯 えびの中華風炒め アスパラのゴマ和え もやしのツナ煮 りんご	ご飯 ①サバの竜田揚げ ②酢豚 いんげんの昆布和え 炒り豆腐 みかん缶	ご飯 五目卵焼き かぼちゃサラダ 玉ねぎのしぐれ煮 パイン缶	レタスチャーハン 春雨スープ きゅうりナムル ピーマンソテー 杏仁豆腐	ご飯 鱈の南蛮漬け 長いも短冊 高野豆腐煮 オレンジ	鮭ご飯 塩ラーメン カニしゅうまい みかん缶	ご飯 蒸し鶏 冬瓜のもずく和え 小松菜とコーンの炒め物 バナナ
3時	ホットケーキ	小豆の浮き島		ワッフル	白玉ぜんざい	揚げパン	蒸しパン
夕食	ご飯 ポークビーンズ レタスのドレッシング和え はんぺんの黄身焼き デザートムース(メロン)	栗ご飯 鶏の幽庵焼き 青梗菜のわさび和え 冬瓜のカニあんかけ 梨	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き トマトとオクラのポン酢和え ぜんまい煮 バナナ	ご飯 肉じゃが 切干大根のサラダ きのこの金平風 キウイ	ご飯 和風ハンバーグ たらこスパゲティサラダ キャベツのコンソメ煮 黄桃缶	ご飯 サンマの梅肉焼き なすのずんだ和え さつま芋煮 りんご	ご飯 エビ団子と豆腐のチリソース煮 ブロッコリーのミモザサラダ 山菜金平 白桃缶



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和5年9月 献立表



	15	16	17	18	19	20【昼食選択日】	21
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 牛乳 たくあん漬け	麦ご飯 味噌汁 かぼちゃのはちみつ煮 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 糸切昆布煮 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラのじゃこ炒め 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 カリフラワーのマヨネーズ炒め ジョア Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 ぜんまい煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 冬瓜のくず煮 牛乳 たいみそ
昼食	カレーライス ハムサラダ ゆで卵 福神漬け キウイヨーグルト	ご飯 豚の生姜焼き 人参のクルミ和え はんぺんの煮浸し 黄桃缶	ご飯 メルルーサのホイル焼き トマトサラダ 玉ねぎと桜エビの塩炒め りんご	赤飯 鶏の照り焼き、さつま芋の天ぷら 卵焼き、ほうれん草のお浸し 炊き合わせ、なます 吸い物 巨峰、梨	ご飯 牛肉のしぐれ煮 キャベツのしば漬け和え セロリの卵炒め バナナ	①パン、ミートソーススパゲッティ ②ご飯、ミックスフライ コーンスープ グリーンサラダ デザートムース(りんご)	ご飯 オムレツ 枝豆サラダ アスパラソテー オレンジ
3時	栗ようかん	フルーチェ		練り切り	ブラウニー	やわらかおかき	エクレア
夕食	ご飯 めばるの甘酢あんかけ いんげんの生姜和え がんもの含め煮 パイン缶	なすの肉みそ丼 けんちん汁 そうめんのなめたけ和え オレンジ	ご飯 巣ごもり卵 ピーマンの中華和え 里芋のりまぶし みかん缶	ご飯 厚揚げと豚肉の甘辛炒め きゅうりもみ ビーフンソテー 白桃缶	ご飯 太刀魚の卸ポン酢かけ もやしのゴマ和え じゃが芋煮 パイン缶	ご飯 鶏つくねのきのこあんかけ かぼちゃのピーナツ和え なす煮 キウイ	ご飯 シイラの西京焼き 青梗菜のとろろがけ 白菜とあげ天の煮浸し 黄桃缶

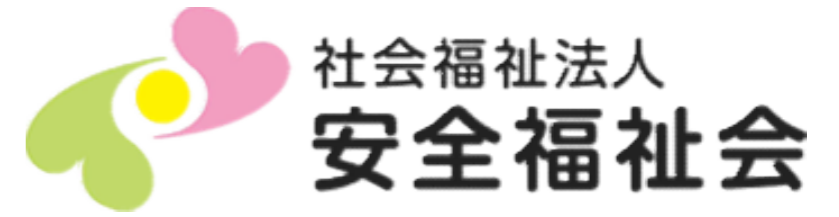


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和5年9月 献立表



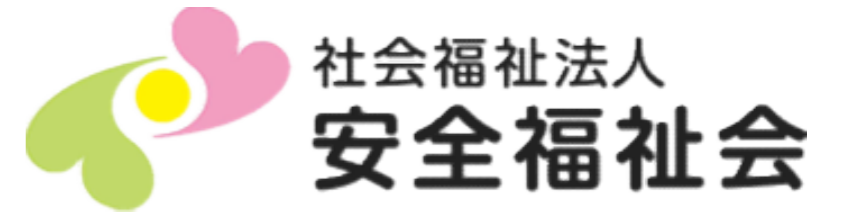
	22	23	24	25	26	27	28
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 しいたけ煮 牛乳 桜漬け	麦ご飯 味噌汁 さつま芋のゴマ煮 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 大根のおかか煮 ジョア 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎのカレー炒め 牛乳 ゆずみそ
昼食	チキンライス 野菜スープ レタスサラダ コロケ アセロラゼリー	ご飯 ぶりの梅煮 小松菜の卸和え ピーマンとなすのみそ炒め おはぎ	ご飯 ロールキャベツのクリーム煮 ブロッコリーのドレッシング和え もやしソテー バナナ	ご飯 鶏の治部煮 里芋のとも和え 厚揚げの生姜炒め キウイ	サンマの蒲焼き丼 味噌汁 アスパラとささみの中華和え 白桃缶	ご飯 <small>豚肉とじゃが芋のオイスターソース炒め</small> トマトと大葉の和え物 ひじきと竹輪煮 パイン缶	ちらし寿司 茶わん蒸し 小松菜のお浸し 五目煮 キウイ、チェリー
3時	マドレーヌ	ミルクもち		パンプティング	南瓜チーズケーキ	紅茶ミルクゼリー	カステラ
夕食	ご飯 豆腐チャンプルー オクラの酢の物 切干大根煮 りんご	ご飯 鶏ののり塩ピカタ トマトときのこのサラダ いんげん煮 梨	きのこの炊き込みご飯 鮭の塩焼き めかぶ和え 白花豆の甘煮 みかん缶	ご飯 エビチリ バンサンスー ニラ饅頭 マンゴープリン	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草の辛子和え 人参の卵炒め オレンジ	ご飯 サバの煮つけ きゅうりとハムの酢の物 五目金平 バナナ	ご飯 麻婆ナス キャベツのタラコ和え はんぺん煮 みかん缶



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和5年9月 献立表



	29	30					
	金	土					
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 もやしの塩炒め 牛乳 Feふりかけ	麦ご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 野沢菜漬け					
昼食	わかめご飯 月見うどん いんげんのゴマ和え 梨	ご飯 ホキのゆかり焼き 人参ナムル かぼちゃ煮 パイン缶					
3時	月見団子	シフォンケーキ					
夕食	ご飯 鶏肉と里芋の中華風煮 セロリのツナマヨ和え きのこソテー 黄桃缶	ハヤシライス 海藻サラダ パプリカソテー フルーツヨーグルト					



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。