

月間献立表

		ソウ(人)						
日付		09月01日(火)	09月02日(水)	09月03日(木)	09月04日(金)	09月05日(土)	09月06日(日)	
朝		コンビ食パン トマトケツ 付け卵 いちごジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 納豆 ウインナーとチキン煮の炒め みそ汁(かつお・油揚げ)	食パン お豆 アプリコットジャム フルーツ缶(マンゴー)	御飯 厚揚げの甘辛煮 けつ和風卵炒め みそ汁(チキン・菜・えのき)	御飯 チキントマト 付け卵 みそ汁(玉葱・大根煮)	御飯 ふんわり寄せの煮物 しらすと青菜の生煮和え みそ汁(もやし・貝割)	
10時		牛乳	牛乳	コーヒート牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼		御飯 豚肉のゆず胡椒炒め 竹輪としらな煮 フルーツ缶(洋梨) みそ汁(豆腐・豆腐)	御飯 さわらのみりん焼き 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め 春雨サラダ みそ汁(キャベツ・えのき)	御飯 揚げ豆腐の野菜あん 野菜あん さつまいものレモン煮 小松菜のお浸し みそ汁(もやし・うずまき)	御飯 【お誕生日献立】 赤飯 天ぷら盛り合わせ 付け卵 茶漬煮し コーヒートゼリー お吸い物(てまり・みつば)	御飯 豚肉のゆず胡椒炒め プロッコリーサラダ みそ汁(豆腐・おつゆ)	御飯 はまの漬け焼き 付けほうれん草 冬瓜の生煮和え しらなの湯和え みそ汁(もやし・菜)	
おやつ		おやつ(ヤクルト)	おやつ(シュークリーム)	おやつ(ゆず水餃子)	おやつ(お吸い物)	【お誕生日おやつ】 おやつ(巨峰ロールケーキ)	手作りおやつ(抹茶パン)	
夕		御飯 めばるの生煮煮 付けほうれん草 じゃが芋のバター炒め もやしのお浸し 浅漬け(かぶ)	御飯 かに入り卵焼き和風あんかけ 和風あん ひじきの煮物 かつおおろし フルーツ缶(黄桃)	御飯 白身魚の味噌焼き 付けほうれん草 かぶとみぞれの焼き合わせ 畑菜のからし和え 香の物(桜大根)	御飯 鶏肉のチーズ焼き 付けほうれん草 里芋の煮ころがし ほうれん草の和え物 たいみそ	御飯 ほきの塩焼焼き 付けほうれん草 五日豆腐 大根の和え物 香の物(ぼんず)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付けほうれん草 なすの煮物 浅漬け(きゅうり) フルーツ缶(みかん)	
日付		09月07日(月)	09月08日(火)	09月09日(水)	09月10日(木)	09月11日(金)	09月12日(土)	
朝	御飯 野菜スープ 温泉卵 みそ汁(豆腐・うずまき)	豚骨煮 マカロニの豆乳クリーム煮 ブルーベリージャム フルーツ缶(ミックス)	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め 春巻のお浸し みそ汁(大根・うずまき)	食パン 鶏団子の17煮込み ほうれん草 フルーツ缶(白桃)	御飯 だし巻卵 付けほうれん草 カリフラワーの辛子マヨネーズ和え みそ汁(しらな・おつゆ)	御飯 さつまいも揚げとかぶの煮物 白菜の海苔和え みそ汁(ほうれん草・玉葱)	御飯 鮭の塩焼焼き 付けほうれん草 キャベツのサラダ コンニャク(おろし・人参)	御飯 鮭の塩焼焼き 付けほうれん草 キャベツのサラダ コンニャク(おろし・人参)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒート牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 ポークチャップ じゃが芋の煮物 カリフラワーのピクルス コンニャク(白菜・コーン)	御飯 めばるの香味煮 かぶの煮物 野菜の和え物 みそ汁(キャベツ・豆腐)	おかめそば 具 エビ焼売 揚げなす	御飯 ほけの照り焼き 付けほうれん草 白菜の煮出し きゅうりと若布の和え物 みそ汁(卵・葱)	御飯 きのこカレー グリーンサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) フルーツヨーグルト	御飯 鶏肉のチキンスライス 付けほうれん草 大根の煮物 プロッコリーサラダ コンニャク(おろし・人参)	御飯 鶏肉のチキンスライス 付けほうれん草 大根の煮物 プロッコリーサラダ コンニャク(おろし・人参)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付けほうれん草 なすの煮物 浅漬け(きゅうり) フルーツ缶(みかん)
おやつ	おやつ(酒類類)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(レモンケーキ)	おやつ(今川焼こしあん)	おやつ(お吸い物)	おやつ(パームケーキ)	手作りおやつ(おろし)	
夕	御飯 かれの焼き浸し 付けほうれん草 きんぴらこんにゃく ほうれん草としらなのおかか和え 香の物(つば)	御飯 チキンピカタ ソース 付けほうれん草 いんげんのソテー マカロニサラダ フルーツ缶(りんご)	御飯 さばの山椒煮 付けほうれん草・鯖さや ベーコンとよしの炒め物 小松菜のごま和え 金山寺みそ	御飯 豚肉の生煮焼き 付けほうれん草 かぼちゃの甘煮 きくらげ フルーツ缶(パイナップル)	御飯 たらの野菜あんかけ 付けほうれん草 小松菜の炒め煮 大根の種子香和え 香の物(實しその実漬)	御飯 あじの照り焼き 付けほうれん草 きんぴらこんにゃく かぶの煮物 プロッコリーサラダ コンニャク(おろし・人参)	御飯 あじの照り焼き 付けほうれん草 きんぴらこんにゃく かぶの煮物 プロッコリーサラダ コンニャク(おろし・人参)	
日付		09月14日(月)	09月15日(火)	09月16日(水)	09月17日(木)	09月18日(金)	09月19日(土)	
朝	御飯 どりつくね 付けほうれん草 温泉卵 みそ汁(玉葱・わかめ)	ミルクロール ベーコンと野菜のソテー 豆たまり揚げ りんごジャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 ウインナー お豆 みそ汁(豆腐・きぬさや)	食パン ベコンエッグ お豆 みかんジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 スタンプエッグ カリフラワー みそ汁(しらな・うずまき)	御飯 炒り豆腐 ほうれん草の和え物 みそ汁(南瓜・水菜)	御飯 がんも煮 白菜のゆかり和え みそ汁(豆腐・おつゆ)	御飯 がんも煮 白菜のゆかり和え みそ汁(豆腐・おつゆ)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒート牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 白身魚のみりん焼き 付けほうれん草 里芋の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(かぶ・豆腐)	御飯 高菜ピラフ コーンコロッケ ソース 付けほうれん草 野菜サラダ マスカットゼリー コンニャク(しめじ・人参)	御飯 【特選敬老会】 栗ごは 銀だらの照り焼き 付けほうれん草 なすとえびしんじょうの炊き合わせ フルーツ(梨) お吸い物(手巻・貝割)	御飯 焼肉 付けほうれん草 白菜の煮物 白身魚のゆず和え 香の物(沢庵)	御飯 豚肉のみそ漬焼き 付けほうれん草 かぶの煮物 いんげんのごま和え 香の物(しその実漬)	御飯 【外注食】 御飯 鶏肉の生煮焼き 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 なすの煮物 キャベツの香味煮和え お吸い物(手巻・貝割)	御飯 鶏肉のチキンスライス 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 なすの煮物 みそ汁(かぼちゃ・豆腐)	御飯 鶏肉のチキンスライス 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 なすの煮物 みそ汁(かぼちゃ・豆腐)
おやつ	おやつ(味噌まんじゅう)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(パン・ロールケーキ)	おやつ(きんぴら)	おやつ(お吸い物)	おやつ(今川焼おろし)	手作りおやつ(おろし)	
夕	御飯 和風卵焼き 付けほうれん草 レバー炒め 白菜ときこの柚子風味和え うめぴじお	御飯 鶏肉の照り焼き 付けほうれん草 竹輪としらな もやしのおかか和え 昆布佃煮	御飯 焼肉 付けほうれん草 白菜の煮物 白身魚のゆず和え 香の物(沢庵)	御飯 豚肉のみそ漬焼き 付けほうれん草 かぶの煮物 いんげんのごま和え 香の物(しその実漬)	御飯 めばるの香味煮 付けほうれん草 大豆と昆布の煮物 白菜の和え物 のり佃煮	御飯 中巻豆腐焼き 甘煮あん 焼きゼリー 白菜のナムル 香の物(実漬)	御飯 鶏肉のチキンスライス 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 なすの煮物 みそ汁(かぼちゃ・豆腐)	御飯 ますのチキン焼き 付けほうれん草 二色和え うずら豆
日付		09月21日(月)	09月22日(火)	09月23日(水)	09月24日(木)	09月25日(金)	09月26日(土)	
朝	御飯 ふんわり寄せの煮物 野菜のおかか和え みそ汁(里芋・えのき)	コーヒート チキンのパン焼き 付けほうれん草 ほうれん草のサラダ いちごジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 お豆 付けほうれん草 おろし みそ汁(豆腐・貝割)	食パン 白身魚のクリーム煮 メイプルジャム フルーツ缶(白桃)	御飯 じゃが芋とけつ炒め物 卵豆腐 みそ汁(しらな・わかめ)	御飯 結露 大根きんぴら みそ汁(もやし・水菜)	御飯 【みんなの日曜日】 中華粥 黒酢の肉団子 付けほうれん草 カルシウムヨーグルト	御飯 【みんなの日曜日】 中華粥 黒酢の肉団子 付けほうれん草 カルシウムヨーグルト
10時	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒート牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	【デイケア会～長寿講座】 きご御飯 天ぷら盛り合わせ 天つゆ さつま芋のバター煮 青菜の菊花和え お吸い物(白玉・みつば)	御飯 豚肉と野菜のオニオン炒め 海鮮焼売 春雨サラダ 中華きんぴら(葱)	【選択食】 御飯 Aさんまの塩焼 れんこんの炒り煮 もやしのお浸し みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 煮込みハンバーグ 付けほうれん草 えびとかりフラワーのソテー ミモザサラダ コンニャク(ほうれん草・コーン)	御飯 鶏肉のチキンスライス 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 なすの煮物 小松菜の和え物 みそ汁(玉葱・豆腐)	御飯 豚肉のチキンスライス 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 なすの煮物 みそ汁(かぼちゃ・豆腐)	御飯 豚肉のチキンスライス 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 なすの煮物 みそ汁(かぼちゃ・豆腐)	ココイチ特製カレー トッピング(オムレツ) 福神漬 フルーツ&キャロットゼリー
おやつ	【敬老会おやつ】 おやつ(板まんじゅう)	おやつ(ヤクルト)	【3Fホーム喫茶】 おやつ(ココアワッフル)	【秋分の日おやつ】 おやつ(おはき)	おやつ(ショアールベリ)	おやつ(水餃子・抹茶)	おやつ(カレー)	
夕	御飯 白身魚のカレー風味焼き 付けほうれん草 切干大根の炒め煮 カリフラワーの甘酢漬 しそ昆布佃煮	御飯 あじの照り焼き 付けほうれん草 かぼちゃのそぼろあんかけ しらなのわさび和え べつた漬	御飯 鶏肉の五香ソース 玉葱ソース 付けほうれん草 青菜の煮出し めかぶ フルーツ缶(パイナップル)	御飯 たら焼揚げ焼き 付けほうれん草 なすのみそ炒め 茶漬豆 フルーツ缶(洋梨)	御飯 チキンカツ ソース 付けほうれん草 かぶの生煮煮 プロッコリーのマヨサラダ 香の物(實しその実漬)	御飯 かれの塩焼焼き 付けほうれん草 ごぼうの甘辛炒め煮 ほうれん草の和え物 浅漬け(きゅうり)	御飯 △さけの醤油焼き △ツナピラフ △白菜のクリーム煮込み △ちり生の生煮煮 △ほうれん草の煮出し デザート	
日付		09月28日(月)	09月29日(火)	09月30日(水)				
朝	御飯 なすの煮物 冷奴 みそ汁(玉葱・椎茸)	黒糖食パン スタンプエッグ アスパラのドレッシング和え ブルーベリージャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(南瓜・大根煮)					
10時	牛乳	牛乳	牛乳					
昼	海鮮タンメン 水餃子 ほうれん草の中華和え	【銀王賞 広島県】 あんご飯 肉じゃが 白菜とみかんのサラダ 八草汁	御飯 あじの煮物揚げ 付けほうれん草 かりフラワー炒め コーンスローサラダ みそ汁(卵・葱)					
おやつ	おやつ(チョコクレープ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(芋ようかん)					
夕	御飯 鶏肉のみそ焼き 付けほうれん草 さつま芋の煮物 かりフラワーのゆかり和え かつおおろし	御飯 ほきのマヨネーズ焼き 付けほうれん草 かぶのあんかけ いんげんのみりん和え 揚げ干し	御飯 豚肉と野菜の中華炒め 小松菜の煮出し のり佃煮 ぶどうフルーチェ					