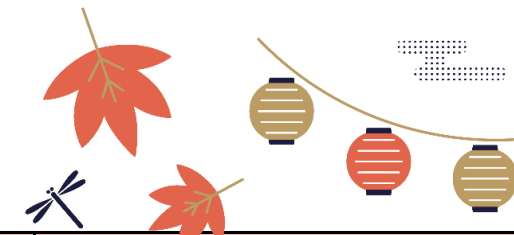




# 献立表

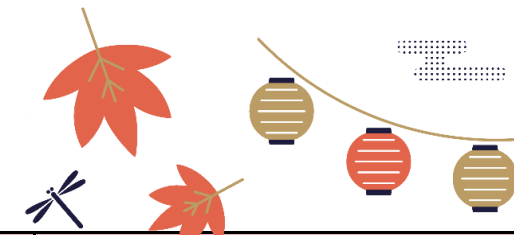


|    | 8月31日(日)                                     | 9月1日(月)                                    | 9月2日(火)                                           | 9月3日(水)                                         | 9月4日(木)                                     | 9月5日(金)                                    | 9月6日(土)                                   |
|----|----------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 朝食 | 梅粥<br>出し巻き玉子<br>オクラのツナ和え<br>味噌汁              | ごはん<br>ひじき煮<br>春菊のきのこ和え<br>味噌汁             | イエローロール<br>ポテトサラダ<br>フルーツ<br>オレンジジュース             | ごはん<br>出し巻き玉子<br>しろ菜の和え物<br>味噌汁                 | 梅粥<br>里芋のそぼろ煮<br>青菜の紅エビ和え<br>味噌汁            | 黒糖ツイスト<br>コールスローサラダ<br>フルーツ<br>牛乳          | ごはん<br>レンコン金平<br>菜の花のコーン和え<br>味噌汁         |
| 昼食 | ごはん<br>豚しゃぶ<br>厚揚げの甘辛炒め<br>ビーフン和風サラダ<br>味噌汁  | ごはん<br>コロッケ<br>がんも煮<br>菜の花の塩昆布和え<br>清汁     | ごはん<br>豚肉と野菜の炒めもの<br>茄子の煮浸し<br>小松菜の辛子和え<br>スープ    | ごはん<br>肉団子の中華煮<br>マカロニソテー<br>スナップえんどうサラダ<br>味噌汁 | ゆかりごはん<br>醤油ラーメン<br>チンゲン菜ナムル                | 豚丼<br>スナップエンドウのドレッシ<br>味噌汁                 | ごはん<br>鶏肉と白菜の煮物<br>春雨炒め<br>オクラの和え物<br>味噌汁 |
| 夕食 | ごはん<br>鶏肉の味噌炒め<br>じゃが芋の旨煮<br>チンゲン菜の和え物<br>清汁 | ごはん<br>さわらの幽庵焼き<br>炒り豆腐<br>大根のおかか和え<br>味噌汁 | ごはん<br>鶏肉のさっぱり煮<br>金時豆佃煮<br>ブロッコリーの青じそ風味和え<br>赤だし | ごはん<br>鯖の塩焼き<br>こんにゃくの炒め煮<br>もやしの酢の物<br>味噌汁     | ごはん<br>豆腐の玉子あんかけ<br>ピーマン炒め<br>ごぼうサラダ<br>味噌汁 | ごはん<br>あじの照り煮<br>南瓜煮<br>カリフラワーの甘酢和え<br>赤だし | ごはん<br>ふくさ卵<br>切干大根煮<br>インゲンサラダ<br>清汁     |

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。



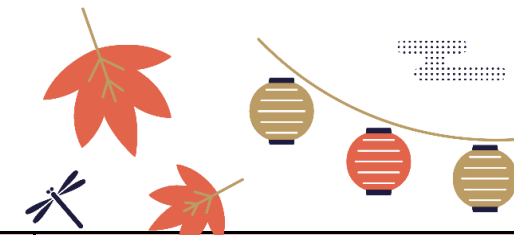
# 献立表



|    | 9月7日(日)                                            | 9月8日(月)                                         | 9月9日(火)                                          | 9月10日(水)                              | 9月11日(木)                                         | 9月12日(金)                                    | 9月13日(土)                                       |
|----|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 朝食 | 梅粥<br>茄子の煮浸し<br>ピーマンの塩昆布和え<br>味噌汁                  | ごはん<br>金時豆佃煮<br>しろ菜の和え物<br>味噌汁                  | イエローロール<br>ほうれん草のソテー<br>フルーツ<br>オレンジジュース         | ごはん<br>出し巻き玉子<br>チンゲン菜の紅エビ和え<br>味噌汁   | 青菜粥<br>里芋煮<br>アスパラのコーン和え<br>味噌汁                  | ショコラツイスト<br>ボイルウィンナー<br>フルーツ<br>牛乳          | ごはん<br>南瓜煮<br>チンゲン菜の和え物<br>味噌汁                 |
| 昼食 | ごはん<br>ハンバーグ<br>ひじき煮<br>青菜のきのこ和え<br>スープ            | ごはん<br>ミートボールシチュー<br>マカロニサラダ<br>フルーツ            | ごはん<br>白身魚フライ<br>レンコンの洋風煮<br>ブロッコリーのサラダ<br>味噌汁   | ふりかけごはん<br>昆布うどん<br>大根田楽              | ごはん<br>揚げ鶏のみぞれあんかけ<br>高野煮<br>ブロッコリー胡麻マヨ和え<br>味噌汁 | 焼肉丼<br>ビーフンソテー<br>スープ                       | ごはん<br>たらの西京味噌焼き<br>厚揚げ煮<br>カリフラワー梅おかか和え<br>清汁 |
| 夕食 | ごはん<br>たらのタルタル焼き<br>カリフラワーカレーソテー<br>春菊の湯葉和え<br>味噌汁 | ごはん<br>揚げ出し豆腐<br>じゃが芋のそぼろ炒め<br>チンゲン菜のお浸し<br>味噌汁 | ごはん<br>鶏と大豆の煮物<br>こんにゃくの甘辛炒め<br>小松菜の青じそ風味<br>味噌汁 | ごはん<br>八宝菜<br>ギョーザ<br>しろ菜の中華和え<br>スープ | ごはん<br>あじの生姜煮<br>レンコン金平<br>青菜の和え物<br>赤だし         | ごはん<br>ぎせい豆腐<br>インゲンハム炒め<br>もやしの甘酢和え<br>味噌汁 | ごはん<br>鶏と野菜の玉子とじ<br>大根の炒め煮<br>小松菜の辛子和え<br>味噌汁  |

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

献立表



|    | 9月14日(日)                                        | 9月15日(月)                                      | 9月16日(火)                                     | 9月17日(水)                                    | 9月18日(木)                                      | 9月19日(金)                                     | 9月20日(土)                                        |
|----|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 朝食 | 梅粥<br>茄子の煮浸し<br>しろ菜のなめたけ和え<br>味噌汁               | ごはん<br>切干大根煮<br>ブロッコリーのポン酢和え<br>味噌汁           | イエローロール<br>スパゲティサラダ<br>フルーツ<br>リンゴジュース       | ごはん<br>ひじき煮<br>しろなの和え物<br>味噌汁               | 青菜粥<br>里芋のそぼろ煮<br>菜の花の紅エビ和え<br>味噌汁            | 黒糖ツイスト<br>小松菜のソテー<br>フルーツ<br>牛乳              | ごはん<br>豆の佃煮<br>春菊の生姜和え<br>味噌汁                   |
| 昼食 | ふりかけごはん<br>五目うどん<br>菜の花のゆず和え                    | 敬老の日<br>鰻天丼<br>ブロッコリーのカニかまあんかけ<br>フルーツ<br>赤だし | ごはん<br>さわらのおろし煮<br>こんにゃくの甘辛炒め<br>玉子豆腐<br>味噌汁 | カレーライス<br>マカロニサラダ<br>プリン<br>漬物              | ごはん<br>チキン南蛮<br>高野の含め煮<br>ブロッコリーのおかか和え<br>味噌汁 | ビビンバ<br>れんこんの中華和え<br>スープ                     | ごはん<br>たらの味噌焼き<br>さつまいものレモン煮<br>インゲンのサラダ<br>清汁  |
| 夕食 | ごはん<br>トンテキ風炒め<br>じゃが芋の煮っころがし<br>青菜の湯葉和え<br>味噌汁 | ごはん<br>照焼きハンバーグ<br>金時豆佃煮<br>チンゲン菜のお浸し<br>味噌汁  | ごはん<br>お好み焼き<br>レンコンの酢の物<br>赤だし              | ごはん<br>千草焼き<br>厚揚げ炒め<br>キャベツの青じそ風味和え<br>味噌汁 | ごはん<br>あじの塩焼き<br>和風スパソテー<br>オクラの和え物<br>味噌汁    | ごはん<br>肉豆腐<br>青菜のツナ炒め<br>カリフラワーの和風サラダ<br>味噌汁 | ごはん<br>鶏肉のさっぱり煮<br>ビーフン炒め<br>チンゲン菜のわさび和え<br>味噌汁 |

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

|    | 9月21日(日)                                         | 9月22日(月)                                           | 9月23日(火)                                      | 9月24日(水)                                            | 9月25日(木)                                | 9月26日(金)                                          | 9月27日(土)                                     |
|----|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 朝食 | 梅粥<br>茄子の煮浸し<br>ほうれん草のごま和え<br>味噌汁                | ごはん<br>ひじき煮<br>青菜のお浸し<br>味噌汁                       | イエローロール<br>マカロニサラダ<br>フルーツ<br>オレンジジュース        | ごはん<br>出し巻き玉子<br>小松菜のポン酢和え<br>味噌汁                   | 玉子粥<br>豆昆布佃煮<br>オクラのカニカマ和え<br>味噌汁       | 黒糖ロール<br>チンゲン菜のソテー<br>フルーツ<br>牛乳                  | ごはん<br>切干大根煮<br>ほうれん草のコーン和え<br>味噌汁           |
| 昼食 | ごはん<br>アジフライ<br>大根煮<br>菜の花の和え物<br>清汁             | ごはん<br>鶏じゃが<br>金平ごぼう<br>ブロッコリーのドレ和え<br>味噌汁         | かき揚げ天丼<br>(丼たれ)<br>オクラの青じそ風味<br>味噌汁           | ごはん<br>肉団子の和風スープ煮<br>ビーフン炒め<br>菊菜の生姜和え<br>味噌汁       | ふりかけごはん<br>きつねうどん<br>ちくわ磯辺炒め            | ごはん<br>あじの味噌煮<br>厚揚げそぼろ炒め<br>小松菜の和え物<br>清汁        | ごはん<br>豚肉の生姜炒め<br>菜の花の煮浸し<br>玉子豆腐<br>赤だし     |
| 夕食 | ごはん<br>豚肉と小松菜のチャンプル<br>ピーマンのおかか煮<br>春雨サラダ<br>味噌汁 | ごはん<br>カレーの漬け焼き<br>高野の玉子とし<br>スナップエンドウのマヨ和え<br>味噌汁 | ごはん<br>豆腐の中華あんかけ<br>シューマイ<br>チンゲン菜のサラダ<br>スープ | ごはん<br>たらのマヨネーズ焼き<br>インゲンの甘辛炒め<br>カリフラワーのサラダ<br>味噌汁 | ごはん<br>鶏の照り焼き<br>南瓜煮<br>レンコンのサラダ<br>味噌汁 | ごはん<br>スペイン風オムレツ<br>大根のコンソメ煮<br>ブロッコリーのサラダ<br>スープ | ごはん<br>鶏と大豆の煮物<br>ピーマンのソテー<br>もやしのサラダ<br>味噌汁 |

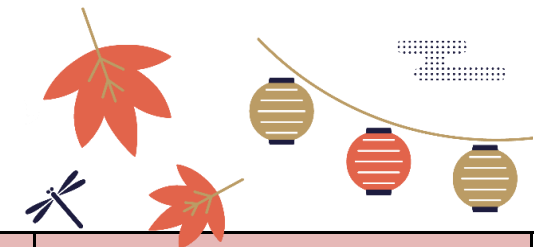
※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。





献立表





|    | 9月28日(日)                                    | 9月29日(月)                                 | 9月30日(火)                                |  |  |  |  |
|----|---------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------|--|--|--|--|
| 朝食 | 青菜粥<br>肉団子<br>インゲンの湯葉和え<br>味噌汁              | ごはん<br>ひじき煮<br>春菊のきのこ和え<br>味噌汁           | イエローロール<br>スパゲティサラダ<br>フルーツ<br>オレンジジュース |  |  |  |  |
| 昼食 | ちらし寿司<br>南瓜煮<br>清汁                          | ごはん<br>ミンチカツ<br>厚揚げ煮<br>ピーマンのおかか和え<br>清汁 | ごはん<br>クリームシチュー<br>ブロッコリーのサラダ<br>プリン    |  |  |  |  |
| 夕食 | ごはん<br>豆腐の五目あんかけ<br>春雨炒め<br>小松菜の柚子風味<br>味噌汁 | ごはん<br>たらの野菜蒸し<br>じゃが芋の煮物<br>お浸し<br>味噌汁  | ごはん<br>ふくさ卵<br>高野の煮物<br>菜の花のドレ和え<br>味噌汁 |  |  |  |  |

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。