



9月 9日(月)～ 9月15日(日)

予定献立表



	9月 9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
朝食	ご飯 みそ汁 エビ豆腐のあんかけ 白菜のおかか和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 枝豆豆腐のおろし煮 チンゲン菜ののり浸し ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 里芋のとろそぼろあん 小松菜のお浸し 鯛みそ 牛乳	ご飯 みそ汁 はんぺんの卵とじ 白菜のおかか和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 ほうれん草入りスクランブル なすのお浸し ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 厚揚げとなすの煮物 ほうれん草のごまあえ ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 煮やっこ 菜の花の和え物 ふりかけ 牛乳
昼食	ご飯 みそ汁 白身魚の竜田揚げ さつま芋とプルーンの煮物 果物	チャーハン 中華スープ 小松菜のナムル 杏仁豆腐	ご飯 すまし汁 ハンバーグ・おろしソース キャベツの菜種和え 果物	敬老会お祝いメニュー	ご飯 ベーコンクリームスープ 鮭のムニエル・キノコソテー添え きやべつなのり和え 果物	親子丼 みそ汁 ブロッコリーとツナのサラダ 果物	ご飯 みそ汁 ポテトコロッケ いんげんと蒸し鶏のサラダ 果物
おやつ	おからケーキ・お茶 * ほうじ茶プリン *	バームクーヘン・コーヒー * キャラメルプリン *	カステラ・お茶 * ココアムース *		やわらかまんじゅう・お茶 * 水ようかん *	もみじまんじゅう・お茶 * あずきプリン *	ソフトクレープ・お茶 * なめらかプリン *
夕食	ご飯 かき玉汁 鶏肉の梅おかか焼き なすの変わり白和え きゅうり漬け	ご飯 すまし汁 ほきの西京焼き かぼちゃのいとこ煮 飲むヨーグルト	ご飯 みそ汁 ほっけのごま煮つけ タラモサラダ 野菜ジュース	ご飯 みそ汁 赤魚の照り焼き じゃが芋のコーンミルク煮 白花豆	ご飯 みそ汁 すき焼き煮 大根の酢の物 リンゴジュース	ご飯 すまし汁 白身魚のバター照り焼き 白菜のおかか和え サプリミックスゼリー	ご飯 千切り野菜のスープ さばの甘辛焼き 小松菜の煮びたし 漬物
	エネルギー 1543 Kcal 脂質 36 g たんぱく質 63 g 塩分 7.7 g	エネルギー 1474 Kcal 脂質 29.5 g たんぱく質 60.5 g 塩分 8.3 g	エネルギー 1508 Kcal 脂質 30.1 g たんぱく質 53.4 g 塩分 7.1 g	エネルギー 1590 Kcal 脂質 43.4 g たんぱく質 69.5 g 塩分 7.3 g	エネルギー 1569 Kcal 脂質 45.4 g たんぱく質 57.4 g 塩分 6.7 g	エネルギー 1528 Kcal 脂質 40.8 g たんぱく質 62.8 g 塩分 7.3 g	エネルギー 1572 Kcal 脂質 50.5 g たんぱく質 53 g 塩分 6.7 g

配送・材料の都合により、献立内容に変更がある場合がございます

9月12日は敬老会

ささやかではございますが、お祝いメニューをご用意させていただきます。

いつまでも、健やかに過ごし下さい。

