



9月 8日(月)～ 9月14日(日)

予定献立表



	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)	9月14日(日)
朝食	ご飯 みそ汁 里芋と竹輪の煮物 白菜のごまあえ ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 卵しんじょの煮物 花野菜の和え物 ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 エビ豆腐のあんかけ チンゲン菜ののり浸し ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 厚揚げとなすの煮物 なめたけおろし ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 里芋の煮物 ほうれん草のごまあえ ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 かぼちゃしゅうまい とろろ芋 牛乳	ご飯 みそ汁 やわらかはんぺん含め煮 冬瓜のスープ煮 ふりかけ 牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 豆腐のふんわり揚げ さつま芋のサラダ 果物	ご飯 けんちん汁 サーモンのバター焼き 三色サラダ 果物	たまご菜めし すまし汁 メンチカツ かぶの酢の物 パイナップルゼリー	敬老会 お祝いメニュー 	ご飯 みそ汁 あじの南蛮風 切り干し大根のサラダ 果物	ご飯 すまし汁 ハンバーグ・おろしソース 菜の花とハムのサラダ 果物	ご飯 みそ汁 天ぷら もやしとツナのサラダ 果物
おやつ	ロールケーキ・紅茶 *イチゴムース*	やわらかまんじゅう・お茶 *ミルクプリン*	りんごプッチケーキ・お茶 *プリン*	水ようかん・お茶 *水ようかん*	ココアワッフル・お茶 *ココアムース*	カステラ・お茶 *ヨーグルトババロア*	ドームケーキ・お茶 *カフェオレプリン*
夕食	ご飯 みそ汁 豚玉煮 きゅうりの梅かつお 煮豆	ご飯 みそ汁 肉豆腐 春菊のごま和え 野菜ジュース	ご飯 すまし汁 ほっけのみりん漬け焼き ブロッコリーとツナのサラダ ホワイトアップル乳酸菌	ご飯 すまし汁 肉じゃが トマトゼリーのサラダ 乳酸菌飲料	ご飯 すまし汁 チキンピカタ ポテトサラダ 野菜ジュース	ご飯 かき玉汁 白身魚の梅醤油煮 きゃべつののり和え 白花豆	ご飯 すまし汁 鶏肉のクリームソース 小松菜のお浸し 野菜ジュース
	エネルギー 1547 Kcal 脂質 36.3 g たんぱく質 56.6 g 塩分 7.5 g	エネルギー 1564 Kcal 脂質 44.7 g たんぱく質 59.4 g 塩分 7.3 g	エネルギー 1539 Kcal 脂質 40.9 g たんぱく質 60.1 g 塩分 8.4 g	エネルギー 1508 Kcal 脂質 34.3 g たんぱく質 54.5 g 塩分 7 g	エネルギー 1604 Kcal 脂質 49 g たんぱく質 58.9 g 塩分 6.4 g	エネルギー 1508 Kcal 脂質 32.2 g たんぱく質 59.8 g 塩分 6.4 g	エネルギー 1533 Kcal 脂質 38.9 g たんぱく質 51.3 g 塩分 7.4 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11日は敬老会

ささやかではございますが、お祝いのお食事をご用意させていただきます。

これからも穏やかに、笑顔でお過ごし下さい。

