

(9月) 週間予定献立表

	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)
朝	ご飯 味噌汁 白菜の炒め煮 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツのそぼろ炒め おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツ炒め煮 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやし煮物 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 おから炒り とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 切干大根の煮つけ 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鶏肉のおろしポン酢 和風コールスロー 香の物 果物	わかめご飯 すまし汁 鯉の蒲焼 和風ポークビーンズ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 豚ヒレ肉のパン粉焼き 野菜サラダ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鰹のムニエル ゼンマイ煮つけ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 蒸し鶏 茄子炒り 香の物 果物	焼うどん かきたま汁 和風チリコンカン 果物	ご飯 トマトスープ ハンバーグデミソース リヨネーズポテト 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 魚のしぐれ煮 五目チャンプルー 香の物	ご飯 味噌汁 肉じゃが お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鮭の煮つけ 焼きピーマン 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のオイスター炒め めかぶポン酢和え 香の物	ご飯 味噌汁 鱈のレモン醤油焼き 煮浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の柚子胡椒煮 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(赤魚) もやしと豚肉の炒め物 香の物

(9月) 週間予定献立表

	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)
朝	ご飯 味噌汁 茄子とピーマン味噌炒め おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 煮浸し 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げと白菜の炒め煮 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜ソテー おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 油麩の煮物 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 切昆布の煮しめ 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 金平ごぼう 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き おでん風 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉のピカタ 夏野菜の煮込み 香の物 果物	ご飯 塩豚汁 鰯の照り焼き 五目豆 香の物 果物	豚丼 すまし汁 きのこの土佐酢 香の物 果物	敬老お祝いメニュー 穴子散らし寿司 すまし汁 金目鯛の西京焼き ローストビーフ 菊花のお浸し 夏野菜の炊き合わせ 白桃のパナコッタ	スパゲッティ 野菜スープ 薩摩芋サラダ 果物	ご飯 味噌汁 カジキの梅風味焼き 煮しめ 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 白和え 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉と苦瓜の炒め物 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鰯) 里芋の南蛮煮 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鰯の山椒焼き 春雨炒め 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のポン酢煮込み お浸し 香の物