

# 献立表

献立は都合により変更することがあります

|   |     | 日                                                        | 月                                                                | 火                                                              | 水                                                                     | 木                                                            | 金                                                             | 土                                                          |
|---|-----|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
|   |     | 9/1                                                      | 9/2                                                              | 9/3                                                            | 9/4                                                                   | 9/5                                                          | 9/6                                                           |                                                            |
| 朝 | A定食 | ごはん<br>ほうれん草とツナのソテー<br>温泉卵<br>味噌汁 (い・里)<br>コーヒー・ミルク・豆乳   | ごはん<br>豚肉のｺﾅｼﾞﾔﾝ炒め<br>挽き割り納豆<br>味噌汁 (玉・え)<br>牛乳・豆乳               | ごはん<br>チーズ入りｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>れんこん金平<br>味噌汁 (椎・油)<br>飲むR乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ | ごはん<br>ウイナー・ｷｬﾊﾞﾂのｺﾝﾖﾂﾐﾅﾅ<br>サケ塩焼<br>味噌汁 (ほ・じ)<br>コーヒー・ミルク・豆乳         | ごはん<br>ほうれん草とウイナー・ソテー<br>温泉卵<br>味噌汁 (な・大)<br>牛乳・豆乳           | ごはん<br>野菜と豚肉の甘辛炒め<br>辛子明太子<br>味噌汁 (玉・ｷ)<br>牛乳・豆乳              |                                                            |
|   | B定食 | ロールパン<br>ほうれん草とツナのソテー<br>牛乳ﾌﾘﾝ<br>コーヒー・ミルク・豆乳<br>紅茶・コーヒー | ｸﾛﾜｯｻﾝﾊﾟﾝ<br>豚肉のｺﾅｼﾞﾔﾝ炒め<br>R乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー       | 食ﾊﾟﾝ<br>チーズ入りｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>オレンジ<br>飲むR乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>紅茶・コーヒー    | ﾚｰｽﾝﾊﾟﾝ<br>ウイナー・ｷｬﾊﾞﾂのｺﾝﾖﾂﾐﾅﾅ<br>S乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>コーヒー・ミルク・豆乳<br>紅茶・コーヒー | あすきロール<br>ほうれん草とウイナー・ソテー<br>なめらかﾌﾘﾝ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー      | ﾎﾃﾙﾊﾟﾝ<br>野菜と豚肉の甘辛炒め<br>アロエﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー         |                                                            |
| 昼 |     | ごはん<br>エビフライ<br>玉ねぎのサラダ<br>非常用豚汁<br>梨                    | 冷やし中華<br>焼売<br>やみつきｷｬﾊﾞﾂ<br>ゼリー                                  | ホークカレー<br>カレー薬味<br>水菜とツナのサラダ<br>乳酸菌飲料 ( J )                    | ミートｽﾊﾞｹｯﾃﾞｻﾞｰ<br>ｷｬﾊﾞﾂﾏﾘﾅｾﾗﾀﾞ<br>オクラのスープ<br>巨峰                        | ごはん<br>鯖の文化干し<br>根菜の煮物<br>かき玉味噌汁                             | ごはん<br>タンリーチキン<br>レタスと水菜のサラダ<br>オニオンスープ                       |                                                            |
|   | ﾀ   | あんかけ焼きそば<br>豆腐のサラダ<br>きのこの中華スープ                          | とろろ牛丼<br>高野豆腐の胡麻和え<br>味噌汁                                        | ごはん<br>鮭のちゃんちゃん焼き<br>切干大根のマヨサラダ<br>味噌汁                         | ごはん<br>ハニーマスタードチキン<br>ﾋﾛｺﾅｶﾏのﾏﾖ和え<br>味噌汁                              | ごはん<br>回鍋肉<br>胡瓜とツナの中華和え<br>生姜と葱のスープ                         | 幕の内弁当                                                         |                                                            |
|   |     | 9/7                                                      | 9/8                                                              | 9/9                                                            | 9/10                                                                  | 9/11                                                         | 9/12                                                          | 9/13                                                       |
| 朝 | A定食 | ごはん<br>巣ごもり風炒り卵<br>挽き割り納豆<br>味噌汁 (大・カイ)<br>牛乳・豆乳         | ごはん<br>ﾌﾞｯｸﾘｰのｵｲｽﾀｰ炒め<br>れんこん金平<br>味噌汁 (か・小)<br>コーヒー・ミルク・豆乳      | ごはん<br>ほうれん草とｺｰﾝのソテー<br>納豆<br>味噌汁 (椎・じ)<br>牛乳・豆乳               | ごはん<br>ネギ塩野菜炒め<br>鶏牛蒡<br>味噌汁 (え・白)<br>牛乳・豆乳                           | ごはん<br>挽肉入りｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>さば塩焼<br>味噌汁 (大・舞)<br>牛乳・豆乳         | ごはん<br>ジャーマンポテト<br>温泉卵<br>味噌汁 (ｷ・油)<br>飲むR乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ           | ごはん<br>ベーコンエッグ<br>辛子明太子<br>味噌汁 (小・え)<br>コーヒー・ミルク・豆乳        |
|   | B定食 | あすきロール<br>巣ごもり風炒り卵<br>紅茶・コーヒー<br>R乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳     | ﾎｯﾄｹｰｷ<br>ﾌﾞｯｸﾘｰのｵｲｽﾀｰ炒め<br>フルーツﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>コーヒー・ミルク・豆乳<br>紅茶・コーヒー | ﾚｰｽﾝﾊﾟﾝ<br>ほうれん草とｺｰﾝのソテー<br>ﾌﾘﾝ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー            | 食ﾊﾟﾝ<br>ネギ塩野菜炒め<br>L乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー                     | ｸﾛﾜｯｻﾝﾊﾟﾝ<br>挽肉入りｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>なめらかﾌﾘﾝ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー  | ﾚｰｽﾝﾊﾟﾝ<br>ジャーマンポテト<br>ゴールドキウイ<br>飲むR乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>紅茶・コーヒー     | ﾚｰｽﾝﾊﾟﾝ<br>ベーコンエッグ<br>S乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>コーヒー・ミルク・豆乳<br>紅茶・コーヒー |
| 昼 |     | ごはん<br>金目鯛の煮付け<br>しめじの梅味サラダ<br>味噌汁                       | スタミナ丼<br>ｷｬﾊﾞﾂとツナのﾏﾖ和え<br>味噌汁<br>冷凍ﾊﾞｲﾅｯﾌﾟﾙ                      | ★重陽の節句★<br>栗ごはん<br>おろしとんかつ<br>焼きなす<br>味噌汁                      | ごはん<br>ﾘﾌﾞﾛｰｽﾃｰｷ<br>温野菜サラダ<br>味噌汁<br>ｽﾃｰｷｼｰｽ                          | ﾊﾔｼﾗｲｽ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｾﾗﾀﾞ<br>ｺﾝﾖﾂﾐｽｰﾌﾟ<br>ゼリー                   | ちゃんぽん風ラーメン<br>春巻き<br>きのこのサラダ                                  | ごはん<br>アジの南蛮漬け<br>厚揚げの肉みそサラダ<br>味噌汁                        |
|   | ﾀ   | 携行食                                                      | ごはん<br>八宝菜<br>もやしと青菜のナムル<br>中華ｺｰﾝｽｰﾌﾟ                            | ﾋﾟﾝﾊﾟ<br>うま塩ｷｬﾊﾞﾂ<br>にらのスープ                                    | ごはん<br>ｷﾝﾒの味噌焼き<br>小松菜と生揚げ煮浸し<br>けんちん汁                                | ごはん<br>豚肉の生姜焼き<br>線ｷｬﾊﾞﾂ<br>たこと胡瓜の酢の物<br>味噌汁                 | ごはん<br>炸鶏<br>中華春雨サラダ<br>白菜の中華ｽｰﾌﾟ                             | 幕の内弁当                                                      |
|   |     | 9/14                                                     | 9/15                                                             | 9/16                                                           | 9/17                                                                  | 9/18                                                         | 9/19                                                          | 9/20                                                       |
| 朝 | A定食 | ごはん<br>ｶﾅｶﾏｲｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>サケ塩焼<br>味噌汁 (大・油)<br>牛乳・豆乳    | 朝食セット                                                            | ごはん<br>ﾂﾅｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>納豆<br>味噌汁 (里・い)<br>牛乳・豆乳               | ごはん<br>塩野菜炒め<br>サケ塩焼<br>味噌汁 (白・な)<br>牛乳・豆乳                            | ごはん<br>オムレツともやし炒め<br>鶏牛蒡<br>味噌汁 (玉・ｷ)<br>乳酸菌飲料 ( J )         | ごはん<br>豚肉のオイスター炒め<br>辛子明太子<br>味噌汁 (か・小)<br>コーヒー・ミルク・豆乳        | ごはん<br>小松菜のソテー<br>温泉卵<br>味噌汁 (大・油)<br>牛乳・豆乳                |
|   | B定食 | 食ﾊﾟﾝ<br>ｶﾅｶﾏｲｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>牛乳ﾌﾘﾝ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー    |                                                                  | あすきロール<br>ﾂﾅｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>アロエﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー       | ﾎｯﾄｹｰｷ<br>塩野菜炒め<br>L乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー                     | ｸﾛﾜｯｻﾝﾊﾟﾝ<br>オムレツともやし炒め<br>ﾊﾞﾅﾅ<br>乳酸菌飲料 ( J )<br>紅茶・コーヒー    | ﾚｰｽﾝﾊﾟﾝ<br>豚肉のオイスター炒め<br>S乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>コーヒー・ミルク・豆乳<br>紅茶・コーヒー | ﾛｰﾙﾊﾟﾝ<br>小松菜のソテー<br>フルーツﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー        |
| 昼 |     | ごはん<br>ミートローフ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｾﾗﾀﾞ<br>ｺﾝﾖﾂﾐｽｰﾌﾟ               | 携行食                                                              | ﾛｺﾓｺ丼<br>ｷｬﾊﾞﾂﾏﾘﾅｾﾗﾀﾞ<br>オニオンスープ<br>なめらかﾌﾘﾝ                    | ﾅﾝ (ごはん)<br>きのこのｷｰﾏｶﾚｰ<br>カレー薬味<br>ｼｰｻﾞｰｾﾗﾀﾞ<br>ﾏﾝｺｰﾕｰｸﾞﾙﾄ            | 担々うどん<br>冷豆腐<br>水菜とじやこのサラダ<br>飲むR乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>ゼリー            | ごはん<br>鮭の塩焼き<br>筑前煮<br>味噌汁<br>ゼリー                             | ごはん<br>よだれ鶏<br>豆腐のサラダ<br>春雨ｽｰﾌﾟ                            |
|   | ﾀ   | 携行食                                                      | 携行食                                                              | 牛肉の辛ｸｯﾊ<br>胡瓜とｶﾏの中華和え<br>梨                                     | 鶏肉の親子煮<br>なすのなべしぎ<br>味噌汁                                              | ごはん<br>糸ｺﾝのﾂﾅﾌﾞﾂﾅ風炒め<br>ﾄﾏﾄの中華風サラダ<br>わかめｽｰﾌﾟ                | 三色丼<br>白菜とツナのﾏﾖ和え<br>味噌汁                                      | 幕の内弁当                                                      |
|   |     | 9/21                                                     | 9/22                                                             | 9/23                                                           | 9/24                                                                  | 9/25                                                         | 9/26                                                          | 9/27                                                       |
| 朝 | A定食 | ごはん<br>野菜と豚肉の甘辛炒め<br>挽き割り納豆<br>味噌汁 (玉・ｷ)<br>牛乳・豆乳        | ごはん<br>ﾌﾞｯｸﾘｰとウイナー炒め<br>温泉卵<br>味噌汁 (わ・な)<br>牛乳・豆乳                | 朝食セット                                                          | ごはん<br>豚肉のｺﾅｼﾞﾔﾝ炒め<br>納豆<br>味噌汁 (じ・玉)<br>飲むR乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ                 | ごはん<br>和風ｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>れんこん金平<br>味噌汁 (し・ｷ)<br>コーヒー・ミルク・豆乳   | ごはん<br>ウイナー・ｷｬﾊﾞﾂのｺﾝﾖﾂﾐﾅﾅ<br>辛子明太子<br>味噌汁 (舞・い)<br>牛乳・豆乳      | ごはん<br>オムレツともやし炒め<br>鶏牛蒡<br>味噌汁 (玉・ｷ)<br>牛乳・豆乳             |
|   | B定食 | ﾎﾃﾙﾊﾟﾝ<br>野菜と豚肉の甘辛炒め<br>アロエﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー    | ﾎｯﾄｹｰｷ<br>ﾌﾞｯｸﾘｰとウイナー炒め<br>R乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー        |                                                                | ﾚｰｽﾝﾊﾟﾝ<br>豚肉のｺﾅｼﾞﾔﾝ炒め<br>ｷｳｲﾌﾙｰﾂ<br>飲むR乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>紅茶・コーヒー          | あすきロール<br>和風ｽｸﾗﾝﾌﾟﾙﾈｯｸｸ<br>なめらかﾌﾘﾝ<br>コーヒー・ミルク・豆乳<br>紅茶・コーヒー | 食ﾊﾟﾝ<br>ウイナー・ｷｬﾊﾞﾂのｺﾝﾖﾂﾐﾅﾅ<br>S乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー  | ﾛｰﾙﾊﾟﾝ<br>オムレツともやし炒め<br>フルーツﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー     |
| 昼 |     | ごはん<br>ホークピカタ<br>ｷｬﾊﾞﾂとｶﾏのﾏﾖ和え<br>味噌汁                    | 唐揚げ丼<br>法連草のきのこ浸し<br>味噌汁<br>おはぎ                                  | お好み焼き<br>照り焼きチキンサラダ<br>具だくさん汁                                  | カルボナーラ<br>ﾊﾞﾂﾅｰﾌﾞのｾﾗﾀﾞ<br>ｺﾝﾖﾂﾐｽｰﾌﾟ<br>梨                              | ごはん<br>もち豚ﾎｰｸｼﾞﾝｼﾞ<br>ｺｰﾔとツナのサラダ<br>ポトフ風ｽｰﾌﾟ                 | 醤油ラーメン<br>焼餃子<br>ﾅﾁｮﾚｷﾞｾﾗﾀﾞ<br>ゴールドキウイ                        | ごはん<br>チンジャオロース<br>もやしのナムル<br>わかめのｽｰﾌﾟ                     |
|   | ﾀ   | 携行食                                                      | ごはん<br>なすと豚肉の甘辛炒め<br>ごぼうサラダ<br>味噌汁                               | 携行食                                                            | ごはん<br>ﾎｶﾞﾚｲの野菜あんかけ<br>白菜の梅おかか和え<br>非常用豚汁                             | ごはん<br>えびちり<br>棒々鶏サラダ<br>白菜の中華ｽｰﾌﾟ                           | ごはん<br>鶏のマーマレード焼き<br>水菜とトマトのサラダ<br>かぼちゃのポタージュ                 | 幕の内弁当                                                      |
|   |     | 9/28                                                     | 9/29                                                             | 9/30                                                           |                                                                       |                                                              |                                                               |                                                            |
| 朝 | A定食 | ごはん<br>挽肉と野菜炒め<br>さば塩焼<br>味噌汁 (ほ・油)<br>牛乳・豆乳             | ごはん<br>ﾌﾞｯｸﾘｰとﾂﾅのﾏﾖ炒め<br>納豆<br>味噌汁 (い・わ)<br>コーヒー・ミルク・豆乳          | ごはん<br>挽肉と野菜のソテー<br>温泉卵<br>味噌汁 (か・小)<br>牛乳・豆乳                  |                                                                       |                                                              |                                                               |                                                            |
|   | B定食 | ｸﾛﾜｯｻﾝﾊﾟﾝ<br>挽肉と野菜炒め<br>アロエﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー    | ﾎﾃﾙﾊﾟﾝ<br>ﾌﾞｯｸﾘｰとﾂﾅのﾏﾖ炒め<br>L乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>コーヒー・ミルク・豆乳<br>紅茶・コーヒー | ﾚｰｽﾝﾊﾟﾝ<br>挽肉と野菜のソテー<br>R乳酸菌ﾕｰｸﾞﾙﾄ<br>牛乳・豆乳<br>紅茶・コーヒー         |                                                                       |                                                              |                                                               |                                                            |
| 昼 |     | 豚すき丼<br>胡瓜の中華和え<br>具だくさん汁                                | ナシゴレン風炒飯<br>春雨サラダ<br>もやしとにらのｽｰﾌﾟ<br>乳酸菌飲料 ( J )                  | オムライス<br>ｲﾀﾘｱﾝｾﾗﾀﾞ<br>根菜ｽｰﾌﾟ                                   |                                                                       |                                                              |                                                               |                                                            |
|   | ﾀ   | 携行食                                                      | さんまの蒲焼き<br>小松菜と生揚げ煮浸し<br>味噌汁                                     | ごはん<br>ﾎｯｻﾑ<br>豆腐のサラダ<br>トマトと卵のｽｰﾌﾟ                            |                                                                       |                                                              |                                                               |                                                            |