

献立表【一般食（常食）・選択食】

		9月21日（月）	9月22日（火）	9月23日（水）	9月24日（木）	9月25日（金）	9月26日（土）	9月27日（日）
朝	A	御飯 白菜のみそ汁 洋風卵とじ 牛乳 果物	御飯 小松菜のみそ汁 マカロニサラダ 半熟卵 果物	御飯 大根のみそ汁 炒り煮 ヨーグルト 果物	御飯 じゃが芋のみそ汁 炒り卵 牛乳 果物	御飯 なすのみそ汁 ピーナツ和え 納豆 ヨーグルト	御飯 玉葱のみそ汁 白菜サラダ 半熟卵 ヤクルト400LT	御飯 大根のみそ汁 ツナソテー のむヨーグルト 果物
	B	パン ハチミツ 牛乳 洋風卵とじ 果物	パン ハチミツ 牛乳 マカロニサラダ 果物	パン ブルーベリージャム 牛乳 炒り煮 果物	パン ハチミツ 牛乳 炒り卵 果物	パン ハチミツ 牛乳 チーズ ピーナツ和え	パン ブルーベリージャム 牛乳 半熟卵 白菜サラダ	パン ハチミツ 牛乳 ツナソテー 果物
昼	A	幕の内 赤飯 野菜ソテー エビとイカのフライ 高野豆腐の煮物 ヤクルト400LT	ビビンバ丼 卵スープ 焼豆腐の冷煮浸し 果物	御飯 豆腐と水菜の赤だし チキン南蛮 タルタルソースかけ わさび醤油和え 果物	みそラーメン 白菜サラダ さつま芋とりんごの甘煮 ゼリー	御飯 コーンスープ 豚肉の 黒こしょう炒め 韓国風サラダ ふりかけ	御飯 厚揚げの赤だし カマスの 和風ムニエル りんごレーズンサラダ はりはり漬け	御飯 油揚げと玉葱のみそ汁 豚肉の ハワイアン炒め 山芋の酢の物 ぶどう豆
	B	御飯 大根と厚揚げの赤だし メルルーサの マスタードソース かけ レバー入りなます 果物	御飯 玉葱とわかめのみそ汁 カマスの 薬味ソース かけ マヨドレ和え 牛乳	御飯 カレースープ 赤魚の おろしポン酢 かけ 春雨サラダ おはぎ	御飯 卵豆腐の清汁 アジフライ 甘みそかけ のり佃煮	御飯 里芋のみそ汁 サバの二色ごま焼き 金平煮 果物	御飯 白菜のミルクスープ 豚肉のデミソース 煮 辛子醤油和え プリン	御飯 そうめんの清汁 シイラの 茸ソース かけ なます 果物
夕	A	御飯 大根と厚揚げの赤だし 魚介の 天ぷら盛り合せ レバー入りなます 果物	御飯 玉葱とわかめのみそ汁 ハンバーグ オーロラソース かけ マヨドレ和え 牛乳	御飯 カレースープ タルメの ピザ風包み焼き 春雨サラダ おはぎ	御飯 卵豆腐の清汁 れんこんの はさみ揚げ 甘みそかけ のり佃煮	御飯 里芋のみそ汁 エビフライ タルタルソース かけ 金平煮 果物	御飯 白菜のミルクスープ ブリの煮付け 辛子醤油和え プリン	御飯 そうめんの清汁 ビーフステーキ オニオンソース なます 果物
	B	御飯 大根と厚揚げの赤だし 魚介の 天ぷら盛り合せ レバー入りなます 果物	御飯 玉葱とわかめのみそ汁 ハンバーグ オーロラソース かけ マヨドレ和え 牛乳	御飯 カレースープ タルメの ピザ風包み焼き 春雨サラダ おはぎ	御飯 卵豆腐の清汁 れんこんの はさみ揚げ 甘みそかけ のり佃煮	御飯 里芋のみそ汁 エビフライ タルタルソース かけ 金平煮 果物	御飯 白菜のミルクスープ ブリの煮付け 辛子醤油和え プリン	御飯 そうめんの清汁 ビーフステーキ オニオンソース なます 果物

※ お食事はなるべく早くお召し上がり下さい。

※ 天候、その他の理由により献立の一部を変更することがあります。

※ 選択食Bは、朝食66円・夕食89円の負担増にて選べる「特別メニュー」です。希望される方はスタッフまでお声かけ下さい。

※ 選択食（月～日曜日）の締め切り時間は前週の木曜日13：00です。締め切り時間以降の変更はできかねます。

栄養管理部

献立表【一般食（常食）・選択食】

		9月28日（月）	9月29日（火）	9月30日（水）	10月1日（木）	10月2日（金）	10月3日（土）	10月4日（日）
朝	A	御飯 白菜のみそ汁 洋風卵とじ 牛乳 果物	御飯 小松菜のみそ汁 マカロニサラダ 半熟卵 果物	御飯 大根のみそ汁 炒り煮 ヨーグルト 果物	御飯 じゃが芋のみそ汁 炒り卵 牛乳 果物	御飯 なすのみそ汁 ピーナツ和え 納豆 ヨーグルト	御飯 玉葱のみそ汁 白菜サラダ 半熟卵 ヤクルト400LT	御飯 大根のみそ汁 ツナソテー のむヨーグルト 果物
	B	パン ハチミツ 牛乳 洋風卵とじ 果物	パン ハチミツ 牛乳 マカロニサラダ 果物	パン ブルーベリージャム 牛乳 炒り煮 果物	パン ハチミツ 牛乳 炒り卵 果物	パン ハチミツ 牛乳 チーズ ピーナツ和え	パン ブルーベリージャム 牛乳 半熟卵 白菜サラダ	パン ハチミツ 牛乳 ツナソテー 果物
昼	A	御飯 なすとわかめの赤だし ホキの レモンジンジャーソース ポテトサラダ ヨーグルト	ドライカレー 冬瓜とエリンギのスープ 春雨と錦糸卵の和え物 牛乳	御飯 白菜とえのきのみそ汁 メルのフライ のりマヨ和え 果物	鶏五目うどん わさび酢和え アーモンドサラダ スイートポテト	御飯 かき玉汁 シイラの カレーマヨ焼き 南瓜のマッシュサラダ 果物	御飯 大豆とベーコンのスープ 鶏肉の りんごソースかけ 野菜サラダ 牛乳	御飯 豆腐と春菊の赤だし カマスのピザ風焼き 大根とレバーのサラダ 果物
	B	御飯 スープペイザン チキンカツ 大豆サラダ 果物	御飯 あさりのチャウダー アジの ごまみそムニエル 金銀豆腐の冷あんかけ 果物	御飯 豆腐と青梗菜の清汁 肉じゃが 水菜と鶏ささみのサラダ ゼリー	御飯 しめじとわかめの赤だし サバの煮付け ごぼうサラダ はりはり漬け	御飯 ミネストローネスープ チンジャオロースー 豆腐サラダ ココアふくれ菓子	御飯 さつま芋のみそ汁 ホキのピーナツ焼き 辛子醤油和え 果物	御飯 麩とかいわれの清汁 コロケ 豆腐の生姜みそかけ ところてん(ポン酢かけ)
夕	A	御飯 スープペイザン エビチリ 大豆サラダ 果物	御飯 あさりのチャウダー 和風おろし ハンバーグ 金銀豆腐の冷あんかけ 果物	御飯 豆腐と青梗菜の清汁 牛肉のポテト巻き 水菜と鶏ささみのサラダ ゼリー	御飯 しめじとわかめの赤だし 椎茸の肉詰め焼き ごぼうサラダ はりはり漬け	御飯 ミネストローネスープ 牛ステーキ オニオンソース 豆腐サラダ ココアふくれ菓子	御飯 さつま芋のみそ汁 エビと野菜の春巻き 辛子醤油和え 果物	御飯 麩とかいわれの清汁 ロールキャベツ 豆腐の生姜みそかけ ところてん(ポン酢かけ)
	B	御飯 スープペイザン エビチリ 大豆サラダ 果物	御飯 あさりのチャウダー 和風おろし ハンバーグ 金銀豆腐の冷あんかけ 果物	御飯 豆腐と青梗菜の清汁 牛肉のポテト巻き 水菜と鶏ささみのサラダ ゼリー	御飯 しめじとわかめの赤だし 椎茸の肉詰め焼き ごぼうサラダ はりはり漬け	御飯 ミネストローネスープ 牛ステーキ オニオンソース 豆腐サラダ ココアふくれ菓子	御飯 さつま芋のみそ汁 エビと野菜の春巻き 辛子醤油和え 果物	御飯 麩とかいわれの清汁 ロールキャベツ 豆腐の生姜みそかけ ところてん(ポン酢かけ)

※ お食事はなるべく早くお召し上がり下さい。

※ 天候、その他の理由により献立の一部を変更することがあります。

※ 選択食Bは、朝食66円・夕食89円の負担増にて選べる「特別メニュー」です。希望される方はスタッフまでお声かけ下さい。

※ 選択食（月～日曜日）の締め切り時間は前週の木曜日13：00です。締め切り時間以降の変更はできかねます。

栄養管理部