9月 献立表

ケアハウス小郡

							<u>ケアハウス小郡</u>
		月	火	水	木	金	±
		9月1日 (月)	9月2日 (火)	9月3日 (水)	9月4日 (木)	9月5日 (金)	9月6日(土)
		御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	パン 牛乳
朝食		しそ風味春雨サラダ	大根なます	南瓜のそぼろあん	青菜のお浸し	いんげんの胡麻和え	ポテトサラダ
7/31/2							
		納豆 漬物	温泉卵 漬物	納豆 漬物	温泉卵 漬物	納豆 漬物	バナナ
		赤飯 吸物	御飯 吸物		コーン御飯 吸物	御飯 吸物	御飯 吸物
		魚の味噌チーズ焼き	鶏のから揚げ		ホキのきのこマヨ焼き	鶏肉の治部煮	太刀魚のレモン醤油焼き
昼食				弁当			
		厚揚げの煮物	里芋の肉味噌かけ	, . <u> </u>	蓮根のカレー金平	糸こんのじゃこ炒め	ゴーヤの味噌炒め
		菜種和え	浅漬け		春雨の酢の物	コールスローサラダ	香味和え
		水性1070	1212.7		143 C) 11 C) 110	_ /0/(_ //)	
		/A N/	65 N/	(5.1/z	/> \//	(5.11/	(5.11/
夕食		弁当	弁当	弁当	弁当	弁当	弁当
	9月7日 (日)	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)
	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	パン 牛乳
±n.		· ·					
朝食	ひじき煮	うの花サラダ	切干大根煮	ちくわと昆布の煮物	大根なます	焼きなす	かぼちゃサラダ
	温泉卵 漬物	納豆 漬物	温泉卵 漬物	納豆 漬物	温泉卵 漬物	納豆 漬物	バナナ
		御飯 吸物	御飯吸物		御飯 吸物	御飯吸物	雑穀ごはん コンソメスープ
昼食	弁当	たらの雪大根蒸し	白すり身の五目揚げ	弁当	アジの南蛮あんかけ	筑前煮	白身魚のチーズパン粉焼き
	ガヨ	里芋のごま味噌煮	大豆ひじき煮	ガヨ	さつま芋の昆布煮	白菜のしらす炒め	こんにゃくの旨煮
				1			
		ゆず和え	梅なめ茸和え		豆おからサラダ	もやしのピリ辛和え	菜果和え
夕食	弁当	弁当	弁当	弁当	弁当	弁当	弁当
	9月14日 (日)	9月15日 (月)	9月16日 (火)	9月17日 (水)	9月18日 (木)	9月19日 (金)	9月20日 (土)
	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	パン 牛乳
朝食	湯葉とオクラの昆布和え	春雨コーンサラダ	南瓜のそぼろあん	枝豆とひじきの白和え	しそ風味春雨サラダ	青菜と昆布のお浸し	たまごサラダ
1,024	油色的 连枷						バナナ
	温泉卵 漬物	納豆漬物			温泉卵 漬物		
		赤飯 ヒレカツ	ポークカレー 和風スパサラダ	ちらし寿司 お好み焼き串	麦ごはん 味噌汁	御飯 吸物	御飯 吸物
l		炊き合わせ	チャンプルー	牛焼肉	鯖の塩焼き	鶏肉と栗の煮物	鰆の生姜煮
昼食	弁当	吸物	フルーチェ	おつまみ			
			*			じゃが芋のそぼろ煮	
		ゆずなます	らっきょう	(納涼祭)	とろろ	オクラのごま和え	大根の塩昆布和え
夕食	弁当	弁当	弁当	弁当	弁当	弁当	弁当
/ 1	713	//	//	//	713	71 -	71 -
	9月21日 (日)	9月22日 (月)		9月24日 (水)	9月25日 (木)	9月26日 (金)	9月27日 (土)
			9月23日 (火)				
	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	御飯 味噌汁			
朝食	切干大根煮	1.+			御飯 味噌汁	御飯 味噌汁	パン 牛乳
7/31/2		焼さなす	うの花サラダ				
	油中的 洋华	焼きなす	うの花サラダ	大根なます	春雨コーンサラダ	ちくわと昆布の煮物	さつまいもサラダ
1	温泉卵 漬物	焼さなす 納豆 漬物	温泉卵 漬物		春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物	さつまいもサラダ バナナ
1	温泉卵 漬物			大根なます	春雨コーンサラダ	ちくわと昆布の煮物	さつまいもサラダ
		納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮	温泉卵 漬物 御飯 吸物	大根なます 納豆 漬物	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物	ちくわと昆布の煮物納豆漬物御飯吸物	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し
昼食	温泉卵 漬物	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮赤だし	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き	大根なます	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き	ちくわと昆布の煮物納豆漬物御飯吸物鶏肉とごぼうのしぐれ煮	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ
昼食		納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮	大根なます 納豆 漬物	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます
昼食		納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮赤だし	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き	大根なます 納豆 漬物	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き	ちくわと昆布の煮物納豆漬物御飯吸物鶏肉とごぼうのしぐれ煮	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ
昼食		納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮	大根なます 納豆 漬物	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます
昼食		納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮	大根なます 納豆 漬物	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます
	弁当	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
昼食 夕食		納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮	大根なます 納豆 漬物	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます
	弁当	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
	弁当	納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆 弁当	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
	弁当	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
	弁当	納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆 弁当	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆弁当9月29日(月)御飯 味噌汁	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 9月30日 (火) 御飯 味噌汁	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
	弁当 弁当 9月28日 (日) 御飯 味噌汁 ひじき煮	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆弁当9月29日(月)御飯 味噌汁 湯葉とオクラの昆布和え	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 9月30日(火) 御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆弁当9月29日(月)御飯 味噌汁	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 9月30日 (火) 御飯 味噌汁	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食	弁当 弁当 9月28日 (日) 御飯 味噌汁 ひじき煮	納豆 漬物いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆弁当9月29日 (月)御飯 味噌汁 湯葉とオクラの昆布和え 納豆 漬物	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 9月30日(火) 御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し 温泉卵 漬物	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食	弁当 弁当 9月28日 (日) 御飯 味噌汁 ひじき煮	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁 湯葉とオクラの昆布和え 納豆 漬物 御飯 豆乳スープ 	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 9月30日(火)御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し温泉卵 漬物 御飯 吸物	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆 弁当 タ月29日(月) 御飯 味噌汁 湯葉とオクラの昆布和え 納豆 漬物 御飯 豆乳スープ 肉じゃがオムレツ	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 9月30日(火) 御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し 温泉卵 漬物	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食	弁当 弁当 9月28日 (日) 御飯 味噌汁 ひじき煮	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁 湯葉とオクラの昆布和え 納豆 漬物 御飯 豆乳スープ 	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 9月30日(火)御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し温泉卵 漬物 御飯 吸物	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁湯葉とオクラの昆布和え納豆 漬物 御飯 豆乳スープ肉じゃがオムレツ 華焼売 	温泉卵 漬物 個飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 タ月30日(火) 御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し温泉卵 真物 倒飯 吸物 鶏の南蛮漬けごぼうの煮付	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮 赤だし お浸し 煮豆 弁当 タ月29日(月) 御飯 味噌汁 湯葉とオクラの昆布和え 納豆 漬物 御飯 豆乳スープ 肉じゃがオムレツ	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 タ月30日(火)御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し温泉卵 漬物 御飯 吸物 鶏の南蛮漬け	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁湯葉とオクラの昆布和え納豆 漬物 御飯 豆乳スープ肉じゃがオムレツ 華焼売 	温泉卵 漬物 個飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 タ月30日(火) 御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し温泉卵 真物 倒飯 吸物 鶏の南蛮漬けごぼうの煮付	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁湯葉とオクラの昆布和え納豆 漬物 御飯 豆乳スープ肉じゃがオムレツ華焼売ッナマヨサラダ 	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 タ月30日(火)御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し 温泉卵 漬物 御飯 吸物 鶏の南蛮漬け ごぼうの昆布和え	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁湯葉とオクラの昆布和え納豆 漬物 御飯 豆乳スープ肉じゃがオムレツ 華焼売 	温泉卵 漬物 個飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 タ月30日(火) 御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し温泉卵 真物 倒飯 吸物 鶏の南蛮漬けごぼうの煮付	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁湯葉とオクラの昆布和え納豆 漬物 御飯 豆乳スープ肉じゃがオムレツ華焼売ッナマヨサラダ 	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 タ月30日(火)御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し 温泉卵 漬物 御飯 吸物 鶏の南蛮漬け ごぼうの昆布和え	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ
夕食朝食	弁当 弁当 9月28日(日) 御飯 味噌汁 ひじき煮 温泉卵 漬物	 納豆 漬物 いなり寿司 里芋の旨煮赤だしお浸し煮豆 弁当 9月29日(月) 御飯 味噌汁湯葉とオクラの昆布和え納豆 漬物 御飯 豆乳スープ肉じゃがオムレツ華焼売ッナマヨサラダ 	温泉卵 漬物 御飯 吸物 ホッケの磯辺焼き 春雨野菜煮 ぬた和え 弁当 タ月30日(火)御飯 味噌汁 青菜と昆布のお浸し 温泉卵 漬物 御飯 吸物 鶏の南蛮漬け ごぼうの昆布和え	大根なます 納豆 漬物 弁当	春雨コーンサラダ 温泉卵 漬物 栗ご飯. 吸物 鯵の香味焼き 根菜煮 シーザーサラダ	ちくわと昆布の煮物 納豆 漬物 御飯 吸物 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 長芋の炒め物 塩麹和え	さつまいもサラダ バナナ 赤飯. 茶碗蒸し 天ぷらの盛り合わせ なます ケーキ