

令和6年9月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン さつま芋とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 しば漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳	
昼食	御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 もずく酢	赤飯 鶏の甘酢照り煮 吸物 おかか和え 甘酒	御飯 鶏の南蛮漬け 吸物 オクラとトマトのサラダ	フレンチトースト ビーフシチュー サラダ	御飯 カレーのタルタル焼き 栗のポターージュ ズッキーニのトマト炒め	ハヤシライス 和風ポテトサラダ フルーツヨーグルト	御飯 メバルの梅干煮 さつま汁 梨のサラダ	
間	ミルージュ	どら焼き	黒棒	ショコラブッセ	黒糖饅頭	野菜生活	シュークリーム	
夕食	御飯 赤魚のおろし煮 味噌汁 ゆかり和え	御飯 ホキのなめたけおろしのせ 味噌汁 香味和え	御飯 煮魚 レタススープ 春雨の酢の物	御飯 太刀魚の山椒煮 味噌汁 ゴーヤチャンプルー	御飯 豚肉と高野豆腐の卵とし スープ かくや和え	御飯 白身魚の梅昆布茶焼き 味噌汁 焼き茄子	御飯 豚肉の生姜醤油炒め 味噌汁 冬瓜の煮物	
	9月8日(日)	★9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン バイクドエッグ バナナ 牛乳	
昼食	御飯 赤魚の南部焼き 吸物 オクラのとろろ和え	栗ごはん 鶏と茄子のさっぱり炒め 茶碗蒸し 白和え	焼肉丼 生姜スープ ナムル	御飯 エビチリ春雨 中華スープ 餃子	ちゃんぽん 甘酢生姜和え フルーツ杏仁	御飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 吸物 浅漬け	御飯 鮭の石狩風煮 吸物 トマトと焼き茄子のサラダ	
間	バームクーヘン	ショア	プリンタルト	丸ボーロ	飲むヨーグルト	もみじ饅頭	カエデの実	
夕食	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 吸物 煮豆	御飯 海鮮すり身のあおさあんかけ コンソメスープ 甘夏サラダ	御飯 ホキのねぎポン酢かけ 吸物 ゴーヤとツナの塩昆布和え	御飯 つくねの甘辛煮 吸物 トマトサラダ	御飯 ホッケのみりん焼き 根菜汁 厚揚げのみぞれ煮	御飯 煮魚 かきたま味噌汁 山芋のわさび和え	茄子と挽肉のカレー サラダ フルーチェ 福神漬	
	◆9月15日(日)	★9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 しば漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 塩サバ スープ ひじきの煮物	祝膳	御飯 麻婆茄子 蓮根のすり流し汁 ザーサイ和え	サンドイッチ さつま芋のクリームシチュー サラダ	御飯 カレーのカレーマヨ焼き ベーコンとほうれん草のミルクスープ サラダ	御飯 太刀魚の香味焼き 吸物 和風ビーフン	御飯 鶏肉と麩の親子煮 大根スープ のり和え	
間	気になる野菜	祝饅頭	バームクーヘン	りんごジュース	カスタードケーキ	すいととぽてと	ミルージュ	
夕食	御飯 鶏の青じそ炒め 吸物 オクラのおろしなめ茸和え	御飯 カットハンバーグ コンソメスープ 南瓜サラダ	御飯 えびしんじょ 味噌汁 鶏ごぼう金平	御飯 ホキの塩麹焼き 豆乳味噌汁 えびの炒め物	御飯 肉豆腐 吸物 酢の物	御飯 焼き豆腐のそぼろあん スープ 酢の物	御飯 サバの煮付け 味噌汁 ピーマンソテー	
	★9月22日(日)	9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	
昼食	おはぎ あさりの吸物 厚揚げの旨煮 漬物	御飯 照り焼きハンバーグ たまごのコンソメスープ サラダ	舞茸と塩昆布の炊き込み御飯 鮭のおろしポン酢のせ 吸物 冷奴	御飯 南瓜コロケ 豚汁 チキンサラダ	御飯 キーマカレー おからサラダ 果物 福神漬	御飯 煮魚 そうめん汁 さつま芋サラダ	御飯 牛肉のカラフルポン酢炒め 吸物 のりサラダ	
間	ワッフル	丸ボーロ	野菜生活	クリームコンフェ	とと焼き	気になる野菜	もみじ饅頭	
夕食	御飯 赤魚のごま煮 味噌汁 深山和え	御飯 ホッケの辛子味噌焼き 吸物 南瓜のバターミルク煮	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 野菜スープ キャベツとりんごのサラダ	御飯 山芋のお好み焼き風 吸物 茄子の味噌そぼろ煮	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 味噌汁 ごま和え	御飯 豚肉と厚揚げのキムチ炒め とろたまスープ パンサンスー	御飯 サバのおろし煮 味噌汁 卵豆腐のあおさあんかけ	
	9月29日(日)	9月30日(月)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>9日(月) 重陽の節句 16日(月) 敬老の日 22日(日) 秋分の日</p> <p>*旬の食材*</p> <p>さんま・いわし さば・栗・里芋 しめじ・松茸 秋なす・梨</p> <p>◆食の記念日◆ 15日 ひじきの日</p> </div>					
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ						
昼食	御飯 豚とキャベツのオイスター炒め スープ 呉豆腐	御飯 鯖の味噌煮 吸物 和風ビーフン						
間	黒棒	りんごジュース						
夕食	御飯 太刀魚のタレ焼き 味噌汁 酢の物	御飯 焼き豆腐のそぼろあんかけ 味噌汁 焼き茄子						