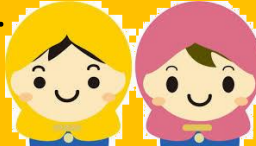




9月

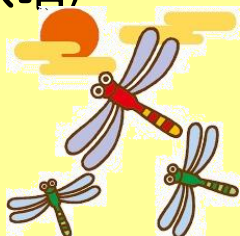


	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
1 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 金平・酢の物	かぼちゃのコロッケ はんぺんサラダ 鰯のつみれ汁・ルゾ	豆腐の肉みそあん キャベツの梅かつお 和え・コーン卵スープ
2 日	ミニパン・ヤクルト コーンスープ さつまいものオレンジ 煮・わかめサラダ	チャンポン・おにぎり 豆腐田楽・りんご煮 トマトの韓国風和え おやつ ティラミス	いわしの甘露煮 千草和え 吸い物 漬け物 
3 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 高野豆腐・酢物	しらすと生姜ご飯 豚肉のあっさり煮 南瓜だんご汁・バナナ	魚の田楽・ゼリー いんげんの明太子和 え・おぼろ豆腐汁
4 火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 切干大根・酢物	カレイの煮付け 豆腐だんごのあんか け・吸物・いちじく	きのこ牛肉の煮物 とうもろこしのムース 中華風スープ・漬物
5 水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき酢・がんも	しめじご飯・南瓜サラ ダ・鶏肉の梅酢煮 スープ・いちじく	魚のおろし煮 小松菜のナムル 吸い物・漬け物
6 木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト うずら豆の煮物 蒸し茄子(ポン酢)	桜えびご飯・バナナ 魚のムニエル(外外) おろし煮・かき玉汁 おやつ 大学芋	サバの味噌煮 いり豆腐 カニととろろ昆布吸 物・漬け物
7 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 南瓜煮・和え物	鶏肉のごま煮・無花果 ホウレン草のワサビ 醬 油和え・豆乳みそ汁	太刀魚のおろしだれ 茄子のトマト煮 吸い物・漬け物
8 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき煮・ナムル	団子汁・おにぎり 煮しめ盛り合わせ もずく和え・いちじく	豚肉の生姜焼き カニの卵蒸し寄せ スープ・漬け物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
9日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 春雨のきんぴら なめこ大根おろし	三色サンドイッチ チキンのトマト煮 ピーススープ・無花果 おやつ いちご杏仁	牛肉と大根の煮物 チンゲン菜の生姜煮 カニとわかめの吸物 漬け物
10月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 五目煮・なます	鮭のとろろあん オクラのしらす和え 鶏肉の五目汁・ルゾ	肉じゃが グリーンピース豆腐 吸い物・漬け物
11火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 大豆と昆布煮物 大根おろし	お弁当 栗おこわ・サバごま煮 ポテサラ・茄子煮浸し 茶碗蒸し・いちじく	すき焼き風煮 オクラの酢味噌和え 花麩とわかめ吸物 漬け物
12水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト じゃが芋煮・茄子	ぶりの照り煮 豆腐だんごのあんかけ ・吸い物・バナナ	豚肉と玉ねぎの煮物 ・トマトのもずく和え 野菜椀・漬け物
13木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 春雨の酢の物 茄子の煮浸し	鶏肉のやわらか煮 ひじきとしめじ白和 ポタージュ・オレンジ おやつ プリン	魚の梅味噌焼き 千草和え 素麺の吸い物 漬け物
14金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき大豆・酢物	さつま芋ご飯 魚の煮付け・サラダ 豆腐のみそ汁・無花果	チキンのトマト煮 えのき茸の和え物 スープ・野菜セリ

☆8月お弁当(追弔法要)☆

- ・ いなり寿司
- ・ 煮しめの盛り合わせ
- ・ オクラのポン酢和え
- ・ ごま豆腐(酢味噌)
- ・ 鯛の吸い物
- ・ スイカ



追弔法要☆お弁当



	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
15 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 生姜煮・酢の物	かしわめし・サバの塩 焼き・ひじきと南瓜煮 物・吸い物・バナナ	鰯の梅煮・漬け物 もずくの三杯酢 豆腐のかき玉汁
16 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 大正金時豆煮物 小松菜のナムル	焼きそば・おにぎり トマトサラダ 卵スープ・いちじく おやつ オレンジゼリー	サンマと大根煮物 炒り豆腐 和風チャウダー 漬け物
17 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト キャベツとツナ煮 小松菜のごま和	敬老の日 いなり寿司 煮しめ盛り合わせ 茶碗蒸し・いちじく	鶏肉とごぼうの煮物 さつま芋のサラダ 大根汁 漬け物
18 火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 白菜煮・酢の物	海老とミツバのかき揚 げ・ごぼうのサラダ 吸い物・バナナ	大根と鶏肉の煮物 五目白和え 吸い物・漬け物
19 水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき煮・蒸茄子	山菜おこわ サバのごま煮・サラダ 豆乳みそ汁・オレンジ	ぶりの照り焼き トマトの韓国風和え 豆腐の吸物・漬物
20 木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト きゅうりの三杯酢 南瓜とツナ煮物	鮭と舞茸ご飯・生姜煮 豚肉のあっさり煮 鰯のつみれ汁・無花果 おやつ ババロア	鶏肉の黒酢煮 炒り豆腐 あさりのスープ 漬け物
21 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 茄子煮・なます	鮭とごぼうの煮物 豆腐田楽 五目汁・オレンジ	牛肉のおろし煮 トマトサラダ かき玉汁・漬け物
22 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト カレー煮・三杯酢	赤飯・鶏団子の煮物 五目白和え そばの吸物・いちじく	白身魚のムニエル はんぺんサラダ スープ・漬け物
23 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 茄子の煮物 えのき茸和え物	オムライス・ヨーグルト チーズサラダ 和風チャウダー おやつ ロールケーキ	魚の煮付け とろろ ホウレン草のみそ汁 漬け物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
24 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト オレンジ煮・和え	豆腐ハンバーグ はんぺんサラダ ミネストローネ・バナナ	鮭のレモン醤油焼き とうもろこしのムース スープ・漬け物
25 火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 高野豆腐・和え	海老のちらし寿司 南瓜のそぼろあん 鯛の吸い物・オレンジ	マーボー豆腐 ホウレン草のマヨポン スープ・漬け物
26 水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき煮・なます	チキンカレー・煮しめ ホウレン草のサラダ いちじくヨーグルト	親子煮・漬け物 トマトサラダ ハンペンと春雨吸い物
27 木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ホウレン草ごま和 おかず金平	ぶりの照り焼き 豆腐だんごのあんか け・茶碗蒸し・無花果 おやつ どら焼き	鶏肉の梅酢煮 オクラのしらす和え 和風ビシソワース 漬け物
28 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 白菜煮・ごま和え	太巻き寿司 煮しめ盛り合わせ けんちん汁・バナナ	豚肉の醤油焼き 枝豆豆腐・漬け物 トマトスープ
29 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト なます・高野豆腐	鮭の味噌グラタン コールスローサラダ スープ・オレンジ	サバのごま煮 ホウレン草の和え物 素麺みそ汁・漬け物
30 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト とろろ 小松菜の煮浸し	ミニパン・もずく和え 野菜オムレツ コーンスープ・りんご おやつ フルーチェ	魚の中華風煮 ブロッコリーサラダ かき玉わかめスープ 漬け物

献立は都合により変更する場合があります。

ご了承ください。

この他に牛乳や生姜湯、抹茶などの
飲み物も準備しております。

吉富鳳寿園

平成30年9月献立表

