

9月

吉富鳳寿園

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
1日	ミニパン コーンスープ さつまいもの煮物 サラダ・ヤクルト	お好み焼き・おにぎり トマトのもずく和え 卵豆腐・吸物・無花果 おやつ小豆ロールケーキ	いわしの甘露煮 千草和え はんぺんの吸い物 漬け物
2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 サラダ・だんご汁・バナナ	魚の田楽・野菜ゼリー 明太子和え おぼろ豆腐汁
3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 さつまいもの甘煮 そばの吸物・いちじく	きのこ牛肉の煮物 ほうれん草のサラダ レタススープ・漬物
4水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 生姜酢・がんも煮	しめじご飯・サラダ 鶏肉の梅酢煮 コーンスープ・無花果	魚のおろし煮 小松菜のナムル とろろ昆布の吸い物
5木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト うずら豆の煮物 蒸し茄子(醤油)	桜えびご飯・オランダ煮 魚のムニエル(グリーンソース) 山芋かき玉汁・ おやつ 大学芋	サバの味噌煮 いり豆腐 かにとろろ昆布吸物 漬け物
6金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 南瓜煮・和え物	かしわめし・茶碗蒸し サバの塩焼き ワビ醤油和え・無花果	鶏肉のごま煮 茄子のトマト煮・漬物 あさりのスープ
7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
8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 杏仁豆腐	牛肉と大根の煮物 チンゲン菜の生姜煮 カニの吸い物 漬け物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
9月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 大豆煮・なます	焼き鮭のとろろあん オクラとしらす和え 鶏肉の五目汁・ホルツ	肉じゃが グリンピース豆腐 なめこ吸物・漬け物
10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・サバのごま煮 ポテサラ・茄子の煮浸し 茶碗蒸し・無花果・饅頭	すき焼き風煮 なめこの酢味噌和 花麩とわかめ吸物 漬け物
11水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 蒸し茄子・五目煮	ぶりの照り煮・バナナ ほうれん草のワビ醤油 和え・すいとん汁	豚肉と玉ねぎ煮物 アボガドのマリネ ユーン卵スープ・漬物
12木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 茄子の煮浸し 春雨の酢の物	鶏肉のやわらか煮 ひじきの白和え 薩摩芋ポタージュ・ホルツ 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
13金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき大豆・酢物	チャンポン・おにぎり 煮しめ盛り合わせ 卵豆腐・いちじく	チキンのトマト煮 えのき茸の和え物 白菜クリームスープ
14土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 酢の物・ひじき煮	サバの塩焼き ほうれん草のマヨネーズ和 え・吸い物・バナナ	いわしの梅煮 もずくの三杯酢 かき玉汁・漬物
15日	ミニパン かぼちゃスープ ポークビーンズ ナムル・ヤクルト	焼きそば・おにぎり トマトサラダ 卵スープ・いちじく おやつきなこプリン	サンマと大根の煮物 いり豆腐 和風チャウダー 漬け物

・8月のお弁当【追弔法要】

- ・太巻き寿司
- ・煮しめ盛り合わせ
- ・オクラのポン酢醤油和え
- ・ゴマ豆腐(酢味噌)
- ・えのき茸の和え物
- ・鯛の吸い物
- ・スイカ、ティラミス



8月お弁当【追弔法要】

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
16 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト キャベツとツナ煮 小松菜のごま和え	敬老会 赤飯・カレー煮付け 五目白和え 鯛の吸物・紅白淡雪	鶏肉とごぼう煮物 さつま芋のサラダ 大根汁 りんごのコンポート
17 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 かき揚げ ごぼうのサラダ オクラの吸物・バナ	豚肉のあっさり煮 アボカドのマリネ 豆乳スープ・漬け物
18 水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき大豆・茄子	オムライス きのこ牛肉煮物 スープ・オレンジ	サバの塩焼き トマトのもずく和え 豆腐の吸物・漬物
19 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	ぶりの照り焼き チンゲン菜の生姜煮 茶碗蒸し・いちじく おやつ 抹茶プリン	鶏肉の黒酢煮 いり豆腐 あさりのスープ 漬け物
20 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 豆腐の田楽 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
21 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト トマト煮・三杯酢	いなり寿司 煮しめ盛り合わせ そばの吸物・無花果	魚のムニエル はんぺんサラダ 白菜スープ・漬物
22 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 茄子の生姜醤油煮 えのき茸の和え物	親子どんぶり・吸物 南瓜のあんかけ もずく和え・無花果 おやつ フルーチェ	魚の煮付け とろろ ほうれん草の味噌汁 みかん缶
23 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 ミストローネ・バナナ	鮭のレモン醤油焼き ツナの中華和え 豆乳みそ汁・漬物
24 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 南瓜あん・オレンジ もずく和え・鯛吸物	マーボー豆腐 ほうれん草マヨ和え かき玉スープ・漬物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
25 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・煮物 ほうれん草のサラダ 無花果ヨーグルト	親子煮・みかん缶 トマトサラダ はんぺんの吸い物
26 木	麦ご飯・パン 豆腐のみそ汁 ヤクルト うずら豆の煮物 大根おろし	私の献立(韓国料理) キンパ(海苔巻き) チャプチェ・パンナコッタ 韓国風和え・スープ おやつ ティラミス	ご飯 鶏肉の梅酢煮 オクラのしらす和え 和風ビシソワーズ オレンジ
27 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 白菜煮・ごま和え	カニクリームコロッケ・春雨のサラダ トマトスープ・バナ	豚肉の醤油焼き 枝豆豆腐・漬物 けんちん汁
28 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 高野豆腐・なます	ミニパン・スープ 鮭の味噌グラタン コールスロー・ルツ	サバのごま煮・漬物 杓苺草の豆腐和え そうめんの味噌汁
29 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 小松菜の煮浸し とろろ	ミニパン・もずく和 野菜オムレツ コーンスープ・リンゴ おやつ 水ようかん	魚の旨み中華煮 ブロッコリーサラダ かき玉わかめスープ 漬け物
30 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 五目煮・おろし	山菜おこわ 魚の煮付け・ナムル けんちん汁・無花果	豚肉と玉ねぎ煮物 杓苺草のマヨネーズ和え 豆腐の吸物・漬物

