

令和3年9月のメニュー



	日	月	火	水	木	金	土
朝食				あんぱん 黒糖バターロール ロールパン コーヒー牛乳 スパゲティサラダ ブルーベリーヨーグルト	ご飯 味噌汁(しめじ・大根) 長芋の煮物 いじこみそ	ご飯 味噌汁(えのき・じゃが芋) 切り干し煮物 金時豆	クリームパン バターロール 黒糖ロール コーヒー牛乳 ハンバーグ メロンムース
昼食				ご飯 からすかれいの甲州焼き 松茸のお吸い物 白菜とツナのおかかマヨ和え マスカット	塩ラーメン 胡瓜とじゃこの酢の物 春巻 ブルーベリーヨーグルト	ご飯 赤魚の幽庵焼き 茄子のずんだ和え ごぼうの旨煮 アイスクリーム	[共通料理] 栗ご飯 金平牛蒡 スタミナ胡瓜 大人のフルーツゼリー [A] エビカマ [B] 鶏もも肉と冬瓜の煮物
夕食				ご飯 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ 春菊の煮浸し スナッパエンドウのサラダ	ご飯 舌平目の野菜煮し 水菜のあっさり煮 ひじきとオクラのサラダ	ご飯 グラムチャウダー風 さつまいもと白菜の香り煮 7ロコリーと豆乳あけの煮物	ご飯 家常豆腐 さつまいものしもん煮 オクラとなめこの和え物 えんどう豆スナック
朝食	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ご飯 味噌汁(薄揚げ・白葱) さやいんげんの煮浸し うぐいす豆	ご飯 味噌汁(かぶ・ちくわ麺) 小松菜の煮浸し トコロ芋	ご飯 味噌汁(玉葱・小松菜) かぶの煮物 しば漬	チョコパン 黒糖バターロール ロールパン コーヒー牛乳 じゃが芋のポトフ オリゴ糖ヨーグルト	ご飯 味噌汁(椎茸・里芋) 白菜の炒め物 金山寺みそ	ご飯 味噌汁(絹豆腐・なめこ) ビーマン蒲鉾炒め 鮭フレーク	ビーナッツクリームパン バターロール ホワイトロール コーヒー牛乳 ごぼうサラダ りんごシロップ漬
昼食	菜飯 さわらの照焼き かきたま汁 無花果と柿の白和え カブオレパンナコッタ	松茸ご飯 白カレイのマッシュポテト焼き 冬瓜と仙台麩の煮物 水菜のお浸し アジのキャラメルソースかけ	ご飯 すきやき風 ツナ入りニラ玉 三色和え ショコラーキ	焼どぼ ふきと打豆の煮物 胡瓜と人参のフレンチ和え キウイフルーツ	ご飯 鶏肉のマーマレード照煮 かぼちゃの海老あんかけ スナッパエンドウのマヨ和え 梨	ご飯 鶏肉の五目煮 じゃが芋のカレー炒め キャベツとササミの梅マヨ和え ティラミス	ご飯 メパルの香草パン粉焼き 中華スープ 7ロコリーの黒ゴマ和え 水菜煮
夕食	ご飯 チンゲン菜と豚肉のオイスター炒め ソーセージのチキンプチ煮 畑菜ときのこのめんつゆサラダ 蒸しパン	ご飯 タンダーチキン 7ロコリーのごま味噌煮 たまご豆腐 シルベアヌ	ご飯 舌平目の塩しもん焼き いわしのつみれ汁 チンゲン菜の磯辺和え コーヒー牛乳	ご飯 野菜入り揚げ豆腐のあんかけ 率麩と海老の卵とじ チンゲン菜の磯辺和え カルピス	ご飯 メヌケのピカタ マロニーサラダ さつまいもりんごの甘煮 甘納豆	ご飯 たち魚の甘辛煮 炒り豆腐 水菜と切干大根の和え物 ビルクル	ご飯 ボクベーンズ サニレタースのサラダ 高野豆腐といんげんの煮物 中華丼
朝食	12	13	14	15	16	17	18
朝食	ご飯 味噌汁(木綿豆腐・白葱) さつまいもの煮物 味覚豆	ご飯 味噌汁(かぶ・しめじ) 大根のつきおろし煮 昆布佃煮	ご飯 味噌汁(薄揚げ・大根) 長芋の白煮 きゅうり漬	あんぱん 黒糖バターロール ロールパン コーヒー牛乳 ポテトサラダ ストロベリーヨーグルト	ご飯 味噌汁(じゃが芋・玉葱) 大豆と昆布の煮物 鯛みそ	ご飯 味噌汁(小松菜・えのき) ふきと竹輪の煮物 鶏とぼろ	クリームパン バターロール 黒糖ロール コーヒー牛乳 マカロニサラダ フルーチェ(椎)
昼食	ご飯 スパニッシュオムレツ 五目豆 チンゲン菜の中華和え マンゴー入りメロンムース	ご飯 焼き鯖の煮つけ 小田巻き煮し きゅうりの豆板醤和え 栗さんどん	ちりめんご飯 黒むつの照焼き 刻み昆布の煮物 法蓮草のビーナッツ和え 紅茶ゼリーの生クリームかけ	すけうどん 豚肉の野菜炒め 小松菜のお浸し 果物入りビーナッツゼリー	ご飯 ぼっかけの塩焼き 筍と利休揚げのおかか煮 キャベツのお浸し バナナ	中華丼 水餃子 長芋と胡瓜の梅肉和え 黒ごまアジ	おはぎ 炊き合わせ オクラとめかぶの和え物 杏仁豆腐
夕食	ご飯 大根とバラ肉のつや煮 アスパラと海老の塩炒め 胡瓜とツナのサラダ	ご飯 海老フリッターの五目炒め マリネサラダ 小松菜と桜えびの煮浸し バナナの素	ご飯 煮込みハンバーグ 絹さやときのこのスープ もやしと若布のナムル バナナ豆乳	ご飯 じゃが芋といんげんの卵とじ ふきとこんにゃくの油炒め オクラのなめ煮和え リンゴジュース	ご飯 ビーフストロガ/7風 茶どぼサラダ しらすとビーマンの甘辛煮 ルーベラ	ご飯 麻婆豆腐 7ロコリーのチーズ卵サラダ 里芋の煮物 のおヨーグルト	ご飯 タラのチーズ焼き 千切り野菜ののろろサラダ 煮炊 サッポロポテト
朝食	19	20(行事食・敬老の日)	21	22	23	24	25
朝食	ご飯 味噌汁(白菜・里芋) 絹揚げの煮物 昆布豆	ご飯 味噌汁(若布・なめこ) さつまいものこってり煮 ねい梅	ご飯 味噌汁(厚揚げ・椎茸) 里芋とツナの煮物 つぼ漬	チョコパン 黒糖バターロール ロールパン コーヒー牛乳 ソーセージのチキンプチ炒め はちみつヨーグルト	ご飯 味噌汁(絹豆腐・ちくわ麺) 白菜のあっさり煮 いじこみそ	ご飯 味噌汁(花魁・小葱) 玉葱のさつ煮 炒り卵	ビーナッツクリームパン バターロール ホワイトロール コーヒー牛乳 ラタトゥイユ バインムース
昼食	ご飯 黒ごもりポテト ひじきの煮物 つまみ菜のお浸し レチナスムースのブルーベリーソースかけ	栗のお赤飯 刺身盛りあわせ 舞茸と冬瓜の揚げ出し 法蓮草の白和え 鮭しんじょのお吸い物 ぶどうムース&ぶどうゼリー	ご飯 ポークチャップ がんもの煮物 モロヘイヤとオクラのお浸し 牛乳アジのおたらしだしかけ	ワカメご飯 メルクール-サの要紗あんかけ 運根の金平 チンゲン菜の磯辺和え オレンジ	えびピラフ じゃが芋のクリーム煮 菜の花とツナのめんつゆ和え アセロラゼリーの生クリームかけ	ご飯 鯛の山椒焼き 切り干し煮物 スナッパエンドウと卵のサラダ 柿	さのこのちらし寿司 具:山勝汁 かひらわりのサッと煮 ココアプリン
夕食	ご飯 鯉とアスパラのソテー もやしとウインナーのソテー 春菊のごま和え	にゅうめん キャベツと海老の塩炒め ゴマ豆腐のみそかけ	ご飯 秋刀魚の南蛮漬汁 春雨のチキンプチ ふろふき大根 コーヒー豆乳	ご飯 オムレツのデミグラスソースかけ かぼちゃのサラダ いんげんと蕪かまの煮物 オレンジジュース	ご飯 鮭フライ 水菜と若布としらすのサラダ 畑菜と蕪茸の炒め煮 六方焼き	ご飯 鶏肉の香草焼き 根菜の治部煮風 めかぶとトマトのごま酢和え アセロラジュース	ご飯 中揚げの肉詰め煮 法蓮草と海老のソテー 白菜のお浸し えびの華
朝食	26	27	28	29	30		
朝食	ご飯 味噌汁(えのき・若布) 長芋の白煮 白いんげん豆の甘煮	ご飯 味噌汁(じゃが芋・大根) ひじきの煮物 トコロ芋	ご飯 味噌汁(木綿豆腐・小葱) いんげんの炒め煮 しば漬	白あんぱん 黒糖バターロール ロールパン コーヒー牛乳 スパムとキャベツのソテー ヨーグルト	ご飯 味噌汁(白菜・花魁) じゃがいもの煮物 金山寺みそ		
昼食	ご飯 ホホのオーロラソースかけ 野菜具沢山煮 水菜の辛子和え チーズケーキのストロベリーソースかけ	ペペロンチーノ カブとつみれのスープ煮 小松菜のわさび醤油和え 果物入り葡萄ムース	里芋ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き がんもの煮しめ スナッパエンドウのビーナッツ和え 林檎のシナモン煮	ためきうどん 炊き合わせ3種盛り 海老とゆり根の茶碗蒸し 黒みつかん	ご飯 チンジャオロースー えびチキミ 菜の花のマヨポン酢和え ミルクティプリン		
夕食	ご飯 豆腐のくずびき煮 なすの味噌炒め 鶏肝しくれ煮 きなこトースト	ご飯 さんまの塩焼き 高根菜のうす煮浸し 金時豆の甘煮 ハーベスト	ご飯 ソーセージと野菜の洋風卵とじ おから 胡瓜とハムのサラダ フルーツミックス豆乳	ご飯 シルバーの梅しそだし焼き 春雨の酢の物 小松菜の煮浸し レモネード	ご飯 揚げ魚の野菜あんかけ 里芋と法蓮草の胡椒味噌和え 豆腐ボールの甘だしがらめ 衛生ポロロ		

☆季節により、食材の入荷がない場合は献立を変更することがあります。

また、寄付で食材をいただいた場合はどちらを優先的に使わせていただきますので献立が変わることがあります。ご了承ください。