

令和3年度 景月御膳

お品書き

・ 枝豆の
炊き込みご飯

・ すまし汁

・ 太刀魚の
磯風味焼き

・ 菜花のソテー

・ おろし和え

・ フルーツ(オレンジ)



特別養護老人ホーム
いわね潮の香園

令和3年8月20日



2021年9月 献立表



		9/1(水)	9/2(木)	9/3(金)	9/4(土)	9/5(日)
朝食		米飯 味噌汁 切干大根煮 ブロッコリーサラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 はんぺんの煮物 インゲンのくるみ和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 かんぱちハンバーグ 春菊の柚子和え ふりかけ ショア	米飯 味噌汁 納豆 さつま揚げの煮物 牛乳	米飯 味噌汁 厚焼き玉子 ほうれん草のおかか和え のり佃煮 ヨーグルト
昼食(定食)		米飯 かき玉汁 鶏肉梅おかか焼き なすのチーズ焼き キャベツの磯和え ピーチヨーグルト	えびピラフ コンソメスープ しらたきの坦々風煮 明太サラダ いちごババロア	米飯 味噌汁 太刀魚のマヨネーズ焼き きのこのソテー 小松菜と湯葉の辛子和え フルーツ(キウイ)	牛丼 すまし汁 菜の花炒め 白菜の浅漬け フルーチェ	米飯 すまし汁 さんまの煮つけ さつま芋とエリンギのバター醤油 オクラのなめたけ和え フルーツ(バナナ)
夕食		米飯 味噌汁 鮭の塩焼き ほうれん草の生姜和え 煮豆	米飯 すまし汁 さばの山椒焼き ミートボール 漬物	米飯 すまし汁 鶏肉のクリーム煮 野菜のマリネ 漬物	米飯 味噌汁 白身魚の甘酢あんかけ スパゲティサラダ 漬物	米飯 中華スープ ホイコーロー炒め 胡瓜の胡麻醤油漬 煮豆
		9/6(月)	9/7(火)	9/8(水)	9/9(木)	9/10(金)
朝食	米飯 味噌汁 ブリの照り焼き もやし中華和え ゆずみそ ショア	米飯 味噌汁 卵ロール なます ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 竹輪の煮物 スナップエンドウのピーナッツ和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 納豆 いわしつみれの煮物 牛乳	米飯 味噌汁 温泉卵 さつま揚げ生姜煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁 ポイルウインナー キャベツとコーンのサラダ ふりかけ 牛乳
昼食(定食)	米飯 味噌汁 はんぺんチーズフライ 蓮根の生姜炒め カリフラワーサラダ フルーツカクテル	米飯 野菜スープ 鶏肉のマスタード焼き 春雨の炒め物 ブロッコリーのしらすサラダ フルーツ(パイン缶)	米飯 玉子スープ 豚肉のおろしポン酢炒め なすの揚げ浸し さつま芋のサラダ フルーツ(オレンジ)	栗ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 根菜の煮物 玉葱とツナのサラダ フルーツ(マンゴー)	夏野菜カレー アボカドと豆のサラダ ピーチゼリー ショア	米飯 すまし汁 鮭の味噌焼き こんにゃくとピーマンの炒め物 オクラとささみの梅和え フルーツ(キウイ)
昼食(洋食)	米飯 味噌汁 鶏肉のマヨにんにく焼き 蓮根の生姜炒め カリフラワーサラダ フルーツカクテル	米飯 野菜スープ 白身魚のチーズ焼き 春雨の炒め物 ブロッコリーのしらすサラダ フルーツ(パイン缶)	米飯 玉子スープ ホッケのコチュジャン焼き なすの揚げ浸し さつま芋のサラダ フルーツ(オレンジ)	栗ご飯 味噌汁 かれいの味噌煮 根菜の煮物 玉葱とツナのサラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 すまし汁 肉団子中華煮 こんにゃくとピーマンの炒め物 オクラとささみの梅和え フルーツ(キウイ)	
夕食	米飯 すまし汁 鶏肉のマヨにんにく焼き 小松菜のお浸し 漬物	米飯 味噌汁 白身魚のチーズ焼き ザーサイのソテー 漬物	米飯 味噌汁 ホッケのコチュジャン焼き 豆腐のなめこ煮 鶏レバー	米飯 すまし汁 かれいの味噌煮 キャベツとえきのナムル 漬物	米飯 すまし汁 赤魚のさらさ蒸し ほうれん草の煮浸し 佃煮	米飯 味噌汁 肉団子中華煮 青梗菜の柚子胡椒和え 漬物
		9/13(月)	9/14(火)	9/15(水)	9/16(木)	9/17(金)
朝食	米飯 味噌汁 炒り豆腐 春菊のしらす和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 いわしの梅煮 カリフラワーの青じそ和え ふりかけ ショア	米飯 味噌汁 納豆 金平ごぼう ヨーグルト	米飯 味噌汁 ビーフンの炒め物 ささみ和え たいみそ ショア	食パン コーンスープ ミートボール いんげんサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 竹の子の梅おかか和え ふりかけ 牛乳
昼食(定食)	米飯 わかめスープ 鶏肉の塩麹焼き いんげんとツナの煮物 ほうれん草の菜種和え 杏仁フルーツ	米飯 味噌汁 豚肉とエリンギの中華炒め がんもの煮物 キャベツのかにかま和え フルーツ(黄桃缶)	米飯 すまし汁 たらこのコーンマヨ焼き 南瓜の煮物 白菜の和え物 ブドウゼリー	赤飯 吸い物 天ぷら さわら西京焼き 茶碗蒸し 青梗菜の和え物 抹茶プリン	米飯 味噌汁 メバルの粕漬焼き 茄子のミートソースチーズ焼き 浅漬け フルーツ(洋梨缶)	米飯 きのこスープ 豚肉のピカタオーロラソースかけ キャベツの豆板醤炒め シーフードサラダ フルーツ(バナナ)
夕食	米飯 すまし汁 ホッケのひじき煮 アスパラの炒め物 漬物	米飯 すまし汁 鶏肉と大根煮物 胡瓜のごま酢和え あみ佃煮	米飯 味噌汁 松風焼き もやしと竹輪の和え物 昆布佃煮	米飯 中華スープ 鶏肉の梅香やき アスパラとハムのサラダ 漬物	米飯 味噌汁 豚肉カレー炒め カリフラワーのサラダ 煮豆	米飯 味噌汁 太刀魚の葱焼き 里芋のそぼろ煮 漬物
		9/20(月)	9/21(火)	9/22(水)	9/23(木)	9/24(金)
朝食	米飯 味噌汁 南瓜しんじょう 白菜サラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 ハンバーグ 蓮根サラダ うめびしお ヨーグルト	米飯 味噌汁 納豆 厚揚げの煮物 牛乳	米飯 味噌汁 ひじき煮 キャベツサラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 さんまの生姜煮 菜の花の和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁 温泉卵 ほうれん草のピーナッツ和え ショア
昼食(定食)	米飯 味噌汁 焼きさばおろしソースかけ じゃが芋とピーマンのにんにく醤油炒め 青梗菜の海苔和え フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁 鶏肉の柚庵焼き 芋煮 サーモンと海老のサラダ 栗ケーキ	米飯 味噌汁 鮭のムニエル 中華炒め スパゲティサラダ フルーツ(マンゴー)	チキンカレー グリーンサラダ フルーツ(オレンジ) ヤクルト	米飯 味噌汁 豚肉の塩ダレ炒め マカロニグラタン アスパラとエビのサラダ いちごゼリー	米飯 中華スープ 麻婆豆腐 シュウマイ ナムル フルーツ(りんご缶)
昼食(洋食)	米飯 味噌汁 千草焼き じゃが芋とピーマンのにんにく醤油炒め 青梗菜の海苔和え フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁 赤魚の土佐煮 芋煮 サーモンと海老のサラダ 栗ケーキ	米飯 味噌汁 豚肉のトマト煮 中華炒め スパゲティサラダ フルーツ(マンゴー)		米飯 味噌汁 かに玉 マカロニグラタン アスパラとエビのサラダ いちごゼリー	米飯 中華スープ フリ大根 シュウマイ ナムル フルーツ(りんご缶)
夕食	米飯 味噌汁 千草焼き 竹の子と山菜の煮物 漬物	米飯 すまし汁 赤魚の土佐煮 茄子のオイスター炒め 漬物	米飯 すまし汁 豚肉のトマト煮 なめたけ和え あみ佃煮	米飯 すまし汁 カレイのみりん漬焼き 田舎煮 漬物	米飯 味噌汁 かに玉 青梗菜のくるみ和え 煮豆	米飯 あおさ汁 フリ大根 茄子生姜和え 漬物
		9/27(月)	9/28(火)	9/29(水)	9/30(木)	
朝食	米飯 味噌汁 納豆 根菜の煮物 牛乳	食パン コーンスープ オムレツ 青梗菜のツナ和え 牛乳	米飯 味噌汁 肉詰めいなり煮 小松菜のお浸し たいみそ ショア	米飯 味噌汁 中華風肉団子 ほうれん草のポン酢和え ふりかけ ヨーグルト		
昼食(定食)	月見うどん ぎょうざ 甘酢和え フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁 タンドリーチキン イカ団子のスープ煮 胡瓜の中華和え フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁 白身魚の紅生姜揚げ ポトフ ツナサラダ マロンババロア	米飯 味噌汁 鮭のガーリック焼き きのこのソテー ハムのサラダ フルーツ(黄桃缶)		
夕食	米飯 すまし汁 さわらの磯風味焼き 切干大根の煮物 鶏レバー	米飯 すまし汁 さばの味噌煮 焼きなす 漬物	米飯 すまし汁 鶏肉のきのこあんかけ ピーマンのしらす炒め 煮豆	米飯 中華スープ 八宝菜 春雨のソテー あみ佃煮		

デイサービスについては第2週と第4週(10日・23日を除く)の昼食は、ご利用者様のご選択による「選択食」となっております。※デイサービス以外につきましては、「選択食」ではありませんので、予めご了承下さい。