

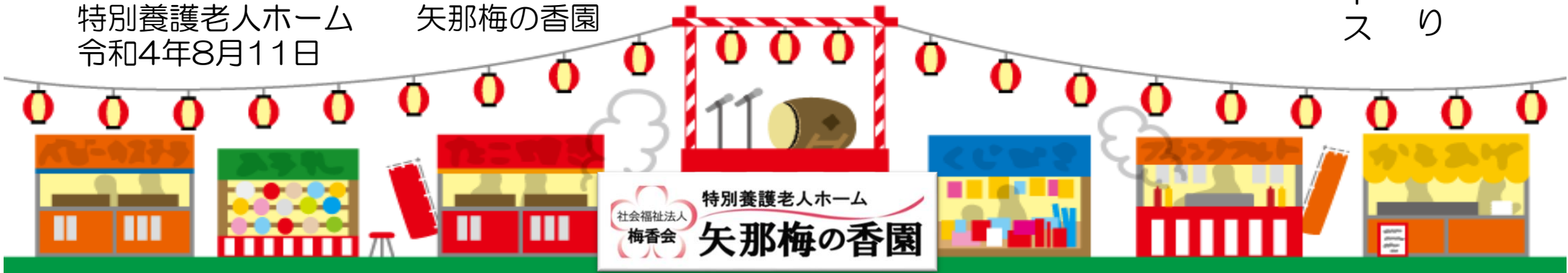
夏祭り献立



- ※ 焼きそばミモザ風
- ・ スクランブルエッグ、きざみのり
- ※ 白身魚の衣揚げ オーロラソース
- ・ ブロッコリー、人参
- ※ 鶏肉BBQ焼 山椒風味
- ・ 青ピーマン、ミニトマト
- ※ ソーセージのグリル
- ・ キャベツのサラダ仕立て
- ・ パプリカ、玉葱
- ※ 冷製コーンスープ
- ※ 日向夏ケーキ

特別養護老人ホーム
令和4年8月11日

矢那梅の香園



2022年9月 献立表

		9/1(木)	9/2(金)	9/3(土)	9/4(日)	
朝食		米飯 味噌汁(舞茸、水菜) 納豆 高野豆腐煮物 牛乳	米飯 味噌汁(茄子、玉葱) はんぺんの高菜焼き 白菜のおかか和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(青ネギ、里芋) かんぱちハンバーグ 春菊の柚子和え 梅干 牛乳	米飯 味噌汁(エリンギ、大根葉) さつま揚げの煮物 小松菜のポン酢和え ふりかけ ジョア	
昼食		米飯 かき玉汁 鶏肉梅おかか焼き 南瓜のチーズ焼き キャベツの磯和え フルーツ(黄桃缶)	えびピラフ(〇) コンソメスープ(アスパラ・ニン) ミートボール 明太サラダ いちごババロア	米飯 カレースープ(じゃがいも、玉葱) コロケ盛り合わせ ナポリタン 野菜のマリネ フルーツ(キウイ)	米飯 すまし汁(素麺、花麩) 豚肉のピカタオーロラソースかけ 南瓜胡麻炒め 白菜の浅漬け ブルーチェ	
夕食		米飯 すまし汁(春菊、玉子豆腐) あじの塩焼き ひじき煮 漬物	米飯 すまし汁(あおさ、みょうが) さばの山椒焼き しらたきの坦々風煮 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、キヌサヤ) 鶏肉塩バター焼き 小松菜と湯葉の辛子和え 漬物	米飯 味噌汁(かまぼこ、三つ葉) カレイの煮つけ 大根サラダ 鶏レバー	
		9/5(月)	9/6(火)	9/7(水)	9/8(木)	
朝食	米飯 味噌汁(豆苗、里芋) 車麩の卵とじ ほうれん草のおかか和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(菜の花、玉葱) いわしの梅煮 もやしの中華和え ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) サンマの蒲焼 なます 梅びしお ジョア	ロールパン コッパブ(ベーコン、人参) スクランブルエッグ スナップエンドウのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(舞茸、にら) 納豆 いわしつみれの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(オクラ、しめじ) さつま揚げ生姜煮 アスパラの辛子和え たいみそ ヨーグルト
昼食	米飯 すまし汁(かいわれ、茄子) 肉豆腐 さつま芋とエリンギのバター醤油 オクラのなめだけ和え マスカットゼリー	カレーライス アボカドと豆のサラダ ピーチゼリー ジョア	米飯 和風野菜スープ 鶏肉のマスタード焼き 春雨の甘辛炒め しらすおろし フルーツ(みかん缶)	米飯 わかめスープ 回鍋肉 なすの揚げ浸し マカロニサラダ フルーツ(マンゴー)	醤油ラーメン チリソース炒め 玉葱とツナのサラダ フルーツ(洋梨缶)	米飯 味噌汁(白菜、茄子) 豚肉と大根の粕煮 金平ごぼう カリフラワーサラダ フルーツ(フルーツカクテル)
夕食	米飯 味噌汁(長葱、わかめ) 白身魚の甘酢あんかけ 胡瓜の胡麻醤油漬 煮豆	米飯 すまし汁(あさり、三つ葉) カニ玉 きのこザーサイのソテー 鶏レバー	米飯 味噌汁(里芋、水菜) 白身魚のチーズ焼き 小松菜のお浸し 漬物	米飯 味噌汁(さつまいも、青梗菜) 赤魚のさらさ蒸し 豆腐のなめこ煮 漬物	米飯 すまし汁(大根、葉大根) メバルの塩麹焼き キャベツとえのきのナムル 漬物	麦ご飯 すまし汁(玉子豆腐、豆苗) さばの塩焼き ほうれん草の柚子煮浸し 佃煮
		9/12(月)	9/13(火)	9/14(水)	9/15(木)	
朝食	米飯 すまし汁(えのき、青ネギ) 玉子みそ ほうれん草の辛子マヨ和え のり佃煮 ジョア	米飯 味噌汁(麩、三つ葉) かんぱちハンバーグ いんげんのピーナッツ和え 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁(なす、玉ねぎ) ニラ玉 アスパラのくるみ和え たいみそ ジョア	米飯 味噌汁(舞茸、小松菜) 納豆 竹の子の柚子胡椒炒め ヨーグルト	食パン ポタージュ オムレツ カリフラワーのサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(えのき、小松菜) 三色いなり煮 ほうれん草の胡麻和え ふりかけ ヨーグルト
昼食	米飯 すまし汁(とろろ昆布、梅) さわらのんにく醤油焼き 高野豆腐の含め煮 じゃがいものチーズサラダ フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁(わかめ、玉葱) 鶏の唐揚げ がんもの煮物 春菊のナムル 杏仁フルーツ	米飯 味噌汁(あさり、水菜) 太刀魚の葱焼き じゃが芋の炒めなます 漬物	米飯 すまし汁(あおさ、葱) 鶏肉の明太焼き 切干大根の煮物 白菜の和え物 プリン	ごぼうの炊き込みご飯 味噌汁(麩、かいわれ) 焼きさばおろしソースかけ さつま芋のレモン煮 キャベツと帆立のサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(里芋、人参) 鶏肉の胡麻焼き 青梗菜と竹輪の炒め物 スナップエンドウのサラダ フルーツ(オレンジ)
夕食	米飯 中華スープ(木耳、かいわれ) 豚肉の高菜炒め 胡瓜のごま酢和え 漬物	米飯 すまし汁(はんぺん、ねぎ) ホッケのみりん焼き 里芋のそぼろ煮 鶏レバー	米飯 味噌汁(あさり、水菜) 太刀魚の葱焼き じゃが芋の炒めなます 漬物	米飯 コンソメスープ(アスパラ、人参) 鱈のカレーソースかけ ブロッコリーのサラダ 佃煮	米飯 すまし汁(豆腐、三つ葉) 鶏肉の生姜味噌焼き アスパラとハムのサラダ 煮豆	米飯 味噌汁(豆苗、はんぺん) 豆腐そぼろあん 白菜の和え物 煮豆
		9/19(月)	9/20(火)	9/21(水)	9/22(木)	
朝食	米飯 味噌汁(麩、しめじ) 豚肉と野菜の煮物 しらすおろし 梅干 牛乳	米飯 コンソメスープ(ほうれん草、えのき) 魚肉ソーセージ炒め キャベツサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋、絹さや) いわしつみれの煮物 切昆布サラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ、たまねぎ) 納豆 ほうれん草の煮浸し ジョア	米飯 味噌汁(白菜、絹さや) いわしの生姜煮 菜の花のおかか和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃがいも、ニラ) ベーコンと卵のソテー チーズサラダ たいみそ ヨーグルト
昼食	赤飯 けんちん汁 桜海老入りかき揚げ うなぎの蒲焼 鯛ととびっこの和え物 芋ようかん	米飯 パンクンスープ デミグラスハンバーグ マカロニグラタン アスパラとエビのサラダ 苺ゼリー	肉うどん はんぺんフライ レンコンの辛子マヨ和え フルーツ(洋梨)	米飯 わかめスープ 麻婆豆腐 野菜シュウマイ もやしの中華和え フルーツ(りんご缶)	チキンカレー グリーンサラダ フルーツ(オレンジ) ジョア	米飯 味噌汁(オクラ・もやし) 豚肉の生姜焼き 生揚げと小松菜の炒め煮 いんげんの胡麻和え フルーツ(フルーツカクテル缶)
夕食	米飯 すまし汁(なると、水菜) さわらのポン酢煮 胡瓜と湯葉のわさび和え 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、ねぎ) 赤魚おろしあんかけ 長芋明太和え 煮豆	米飯 すまし汁(とろろ昆布、豆苗) さばの味噌煮 竹の子のオイスター炒め 漬物	米飯 すまし汁(オクラ、茗荷) フリ大根 茄子生姜和え 漬物	米飯 中華スープ(春雨、木耳) かに玉 青梗菜のナムル 漬物	米飯 すまし汁(わかめ、かいわれ) 鮭の粕漬焼き かぼちゃと竹輪の煮物 煮豆
		9/26(月)	9/27(火)	9/28(水)	9/29(木)	
朝食	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) つみれの煮物 もやしとニらのなめだけ和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜、かいわれ) 豆腐ハンバーグ スナップエンドウサラダ ゆずみそ ヨーグルト	黒糖パン コーンスープ オムレツ アスパラと帆立のサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、ネギ) がんもの煮物 小松菜のお浸し ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(油揚げ、絹さや) 大豆ボールの中華煮 春菊のしらす和え 梅びしお ヨーグルト	
昼食	米飯 中華コーンスープ 豚肉と豆腐の中華炒め 青梗菜のカニカマ煮 ごぼうの胡麻和え りんごムース	米飯 すまし汁(茄子、豆苗) 鮭のちゃんちゃん焼 チャブチェ 青梗菜の海苔和え ぶどうゼリー	米飯 味噌汁(とろろ昆布、葉大根) 鶏のすっぽ煮 ポトフ ツナサラダ フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(椎茸、えのき) 白身魚のピリ辛焼き 牛肉と豆腐の玉子とじ もずく酢 フルーツ(みかん缶)	米飯 卵スープ タンドリーチキン ロールキャベツ 海藻のサラダ フルーツ(白桃缶)	
夕食	米飯 味噌汁(じゃがいも、玉ねぎ) タラの昆布蒸し 切干大根の煮物 漬物	米飯 すまし汁(菜の花、豆腐) 肉じゃが 大根と竹輪の和えもの 佃煮	米飯 すまし汁(舞茸、青ネギ) 赤魚の照り焼き 南瓜の塩煮 煮豆	米飯 すまし汁(みつば、あおさ) 鶏肉のきのこあんかけ ピーマンのしらす炒め 煮豆	米飯 すまし汁(小松菜、しめじ) さわらの粕漬焼き 茄子と蒸し鶏の梅ポン酢和え 鶏レバー	