

# 夏祭り献立

❁ 焼きそば

❁ 鶏肉の彩りあられ焼

❁ たこ焼き

❁ 夏野菜のサラダ

❁ 冷製南瓜スープ

❁ ビール風ゼリー



特別養護老人ホーム  
令和5年8月10日

矢那梅の香園

# 2023年9月 献立表



		9/1(金)		9/2(土)		9/3(日)										
朝食		米飯 味噌汁(茄子、玉葱) はんぺんの煮物 白菜の和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(青ネギ、里芋) さつま揚げと大豆の煮物 菜の花の柚子和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(エリンギ、大根葉) かんばちハンバーグ 春菊のポン酢和え ふりかけ ジョア	朝食											
昼食		シーフードピラフ コンソメスープ(アスパラ、コーン) ロールキャベツのクリーム煮 明太サラダ いちごババロア	米飯 カレースープ(えのき、人参) 野菜コロケ・コーンコロケ 野菜のマリネ フルーツ(キウイ)	米飯 すまし汁(そうめん、花麩) 豚肉のピカタオーロラソースがけ 南瓜胡麻炒め フルーチェ	昼食											
夕食		米飯 すまし汁(わかめ、かいわれ) 赤魚の山椒焼き 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 小松菜の辛子和え 漬物	米飯 味噌汁(小松菜、白菜) 白身魚の煮つけ 大根サラダ 鶏レバー	夕食											
		9/4(月)		9/5(火)		9/6(水)		9/7(木)		9/8(金)		9/9(土)		9/10(日)		
朝食		米飯 味噌汁(豆苗、里芋) 車麩の卵とじ ほうれん草のわさび和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(青梗菜、玉葱) いわしの生姜煮 もやしの中華和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) がんもの煮物 なます 梅びしお ジョア	ロールパン コンソメスープ(ベーコン、人参) スクランブルエッグ スナックエンドウのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉葱、菜の花) 納豆 えび団子の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(オクラ、しめじ) さつま揚げ生姜煮 アスパラの辛子マヨ和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(茄子、ニラ) ウインナーソテー オクラとささみの梅和え ゆずみそ ヨーグルト	朝食							
昼食		米飯 すまし汁(かいわれ、茄子) 肉豆腐 オクラのなめたけ和え マスカットゼリー	カレーライス レタスと大豆のサラダ ピーチゼリー ヤクルト	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	米飯 わかめスープ 回鍋肉 マカロニサラダ フルーツ(みかん缶)	醤油ラーメン チリソース炒め ツナサラダ フルーツ(洋梨缶)	米飯 すまし汁(しいたけ、ネギ) 豚肉と大根の粕煮 金平ごぼう カリフラワーサラダ	米飯 すまし汁(あおさ、かいわれ) 白身魚の味噌焼き キャベツのマヨサラダ フルーツ(パイン缶)	昼食							
夕食		米飯 すまし汁(長葱、わかめ) 白身魚の甘酢あんかけ いんげんの胡麻醤油漬 煮豆	米飯 すまし汁(あさり、絹さや) カニ玉 きのこザーサイのソテー 佃煮	米飯 味噌汁(里芋、水菜) タラのチーズ焼き 小松菜のお浸し 漬物	米飯 味噌汁(じゃが芋、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) さわらの塩麹焼き キャベツとえのきのナムル 漬物	麦ご飯 すまし汁(豆腐、豆苗) さばの塩焼き ほうれん草のそぼろ煮 佃煮	米飯 すまし汁(水菜、南瓜) 肉団子中華煮 青梗菜の柚子胡椒和え 煮豆	夕食							
		9/11(月)		9/12(火)		9/13(水)		9/14(木)		9/15(金)		9/16(土)		9/17(日)		
朝食		米飯 味噌汁(なす、もやし) 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(麩、葉大根) 豆腐ハンバーグ いんげんのピーナッツ和え ふりかけ 牛乳	米飯 すまし汁(えのき、青ネギ) 玉子みそ ほうれん草のわさび和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(たけのこ、小松菜) 納豆 切干大根煮 ヨーグルト	食パン ポタージュ オムレツ もやしのサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(大根、小松菜) 三色いなり煮 ほうれん草のお浸し ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩、葉大根) ハムと野菜の炒め物 インゲンの青じそ和え 梅干 ジョア	朝食							
昼食		ピビンバ丼 ワンタンスープ ひじきの炒め物 南瓜サラダ	米飯 さつまいもの豆乳味噌汁 鶏の唐揚げ 竹輪の煮物 杏仁フルーツ	米飯 味噌汁(人参、小松菜) 豚肉の高菜炒め 高野豆腐の含め煮 ポテトチーズサラダ	米飯 すまし汁(卵、絹さや) 鶏肉の明太焼き 白菜の和え物 プリン	ごぼうの炊き込みご飯 味噌汁(麩、ネギ) さわらのおろしソースがけ キャベツとツナのサラダ 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 フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁(ニラ、玉子) 豚肉とエリンギの中華炒め 冬瓜のツナ煮 ごぼうサラダ	昼食							
夕食		米飯 味噌汁(あさり、水菜) 赤魚の葱焼き じゃが芋の煮物 漬物	米飯 すまし汁(絹さや、春菊) ホッケのみりん焼き 里芋のそぼろ煮 漬物	米飯 中華スープ(木耳、かいわれ) メパルのんにく醤油焼き 胡瓜のごま酢和え 鶏レバー	米飯 コンソメスープ(マッシュルーム、人参) 鱈のカレーソースがけ ブロッコリーのサラダ 煮豆	米飯 すまし汁(豆腐、葉大根) 鶏肉の生姜味噌焼き スナックえんどうの和え物 佃煮	米飯 すまし汁(豆苗、はんぺん) 豆腐そぼろあん 菜の花の和え物 煮豆	米飯 すまし汁(あおさ、長葱) さばの塩焼き レンコンサラダ 煮豆	夕食							
		9/18(月)		9/19(火)		9/20(水)		9/21(木)		9/22(金)		9/23(土)		9/24(日)		
朝食		ロールパン コンソメスープ(アスパラ、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(しめじ、青ネギ) 豚肉と根菜の煮物 菜の花のおかか和え ふりかけ 牛乳	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、青ネギ) いわしの生姜煮 しらすおろし ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁(じゃがいも、小松菜) ベーコンと卵のソテー アスパラサラダ たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜、豆苗) 納豆 車麩の卵とじ 牛乳	朝食							
昼食		米飯 パンキンスープ デミグラスハンバーグ マカロニグラタン 苺ゼリー	紅白漬け丼 生麩と柚子のお吸い物 カレーの西京焼き 牛肉とごぼうのしぐれ煮 もずくとカニの酢の物 モンブラン	肉うどん はんぺんフライ ささみともやしの梅和え フルーツ(洋梨缶)	米飯 ピリ辛味噌スープ 麻婆豆腐 シュウマイ ナムル	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 いんげんの胡麻和え フルーツ(フルーツカクテル缶)	米飯 すまし汁(そうめん、かいわれ) 白身魚のピリ辛焼き 海藻のサラダ フルーツ(マンゴー)	昼食							
夕食		米飯 すまし汁(はんぺん、ねぎ) 赤魚おろしあんかけ 小松菜ポン酢和え 佃煮	米飯 すまし汁(なると、水菜) 鶏肉の照り焼き わかめと白菜のわさびマヨ和え 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、豆苗) さわらの味噌煮 竹の子のオイスター炒め 漬物	米飯 すまし汁(オクラ、茗荷) ブリ大根 茄子の海苔和え 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) 白身魚の粕漬焼き かぼちゃと竹輪の煮物 煮豆	米飯 味噌汁(油揚げ、えのき) 豚肉のトマト煮 茄子のんにく炒め 煮豆	夕食							
		9/25(月)		9/26(火)		9/27(水)		9/28(木)		9/29(金)		9/30(土)		  <b>いつもありがとうございます</b> 		
朝食		米飯 味噌汁(エリンギ、ほうれん草) 厚焼き玉子 もやしのなめたけ和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、かいわれ) ハンバーグ スナックエンドウサラダ ゆずみそ ヨーグルト	黒糖パン ポタージュ オムレツ カリフラワーサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(かまぼこ、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、いんげん) 豆乳つみれの中華煮 春菊のくるみ和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき、葉大根) はんぺんの煮物 ほうれん草のピーナッツ和え ふりかけ ヨーグルト	朝食								
昼食		米飯 中華コンソメスープ 豚肉と豆腐の中華炒め 青梗菜のカニカマ煮 青りんごゼリー	米飯 すまし汁(茄子、絹さや) さばの味噌煮 ブロッコリーのごまマヨ和え フルーツ(オレンジ)	米飯 きんぴら味噌汁(ごぼう、人参) 鶏のすっぽ煮 ポトフ ツナサラダ	米飯 味噌汁(菜の花、人参) さわらの竜田揚げ 豚肉と豆腐の玉子とじ ぶどうゼリー	米飯 卵スープ タンドリーチキン カリフラワーのごま和え フルーツ(白桃缶)	米飯 中華スープ(豆腐・青梗菜) 麻婆春雨 鶏レバーの炒め物 アスパラの和風マヨ和え	米飯 すまし汁(そうめん、かいわれ) 白身魚のピリ辛焼き 海藻のサラダ フルーツ(マンゴー)	昼食							
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 大根の和えもの 漬物	米飯 すまし汁(しいたけ、青ネギ) 赤魚の照り焼き 南瓜の塩煮 煮豆	米飯 すまし汁(豆苗、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) サバの粕漬焼き 茄子とキャベツの梅ポン酢和え 鶏レバー	米飯 味噌汁(南瓜、しいたけ) さわらのネギ塩焼き 蓮根の生姜炒め 煮豆	夕食								