





予定献立表

令和 6年 9月 11日 ~ 令和 6年 9月 20日

日	朝食	昼食	夕食
11(水)	ごはん みそ汁 じゃが芋の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鮭のホイル焼き 冬瓜汁 ながいもサラダ フルーツ 	ごはん なすの肉味噌かけ 青菜のさっと煮 ししゃもの南蛮漬け 
12(木)	ごはん みそ汁 ブロッコリーのソテー 佃煮 乳酸菌飲料 	ごはん 豚の角煮 豆腐湯(トウフウタン) 春雨サラダ フルーツ 	ごはん たら卵とじ 煮なます 青菜のなめたけ和え 
13(金)	ごはん みそ汁 がんも煮 佃煮 牛乳 	ごはん てんぷら みそ汁 ユカリ和え コンポート 	ごはん ロールキャベツ 糸切昆布煮つけ トマトサラダ 
14(土)	ごはん みそ汁 麩の煮付け ふりかけ 牛乳 	ごはん 肉団子の酢豚風 中華スープ じゃが芋のマヨ風味和え フルーツ 	ごはん ふくさ焼き ふきの炒め煮 三色和え 
15(日)	ごはん みそ汁 南瓜ソテー ふりかけ 牛乳 	きのこご飯 鯖の梅肉焼き かきたま汁 青菜の味噌和え フルーツ 	ごはん 鶏のクリーム煮 なすの炒め煮 スパゲティサラダ 
敬老の日 16(月)	ごはん みそ汁 はんぺんの卵とじ ふりかけ プルーンヨーグルト 	ごはん 豆腐ハンバーグ さつま汁 ほうれん草サラダ フルーツ 	ごはん 肉豆腐 里芋の味噌煮 みぞれ和え 
お月見 17(火)	ごはん みそ汁 野菜のソテー 佃煮 牛乳 	栗赤飯 たら西京焼き すまし汁 含め煮盛り合わせ 青菜の磯辺和え 抹茶プリン 	ごはん 信田卵 もやしのゴマ油炒め 五色和え 
18(水)	ごはん みそ汁 ひじき煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鶏の揚げ煮 豆乳汁 イエローサラダ フルーツ 	ごはん 鮭の塩焼き 生揚げの煮物 もずく酢 
19(木)	ごはん みそ汁 青菜のじゃこ炒め 佃煮 乳酸菌飲料 	ハヤシライス 野菜のピクルス フルーツのヨーグルト和え 	ごはん 鶏肉の柳川風煮 鶏レバー煮 青菜のおろし和え 
20(金)	ごはん みそ汁 ブロッコリーの炒め煮 佃煮 牛乳 	おはぎ(代替えは鶏の照り焼き) 秋の味噌汁 白菜のお浸し つけもの フルーツ 	ごはん 八宝菜 肉団子 ビーフンサラダ 