

9月献立表



	日	月	火	水	木	金	土				
朝食						1 パン食 野菜炒め 白桃	2 パン食 グリーンスープ バナナ				
昼食						山かけそば 高野豆腐の含め煮 フルーツ	軟飯 海老フライ ぜんまいの煮物 胡瓜の酢味噌和え				
おやつ						ドームケーキ (カスタード)					くろ棒
夕食						軟飯 豚のケチャップ煮 白菜の玉子とじ 味噌汁 漬物	軟飯 卵入り野菜炒め 冷奴 中華風スープ 漬物				
朝食	3 パン食 コーンスープ 黄桃	4 パン食 サラダ フルーツポンチ	5 パン食 スクランブルエッグ パイナップル チーズ	6 パン食 野菜炒め バナナ	7 パン食 コンソメスープ みかん	8 パン食 炒め物 白桃	9 パン食 クリームチャウダー バナナ				
昼食	軟飯 鯖の卸し煮 小松菜の和え物 味噌汁 フルーツ	軟飯 かき揚げ 春雨の酢の物 潮汁 煮豆	押し寿司 南瓜のそぼろ煮 すまし汁 ゼリー	軟飯 カレイの幽庵焼き ジャーマンポテト 玉子豆腐	軟飯 赤魚の煮つけ 里芋の味噌かけ けんちん汁 のり佃煮	軟飯 カレーライス じゃこサラダ 漬物 フルーツ	軟飯 鱈の磯辺焼き 春雨の炒め物 南瓜のいとこ煮				
おやつ	リングドーナツ (プレーン)	ショコラプチケーキ	バームクーヘン (プレーン)	しっとり饅頭 (吹雪)	レモンケーキ	もみじ饅頭	やわらかおかし (うす塩)				
夕食	軟飯 くす鶏肉ソースかけ 茄子の揚げ煮 寄せ湯葉の煮合わせ 漬物	軟飯 鮭のレモン蒸し しる菜の菜種和え 田楽 のり佃煮	軟飯 豚の生姜焼き 茄子の梅肉和え きのこの豆腐あんかけ	軟飯 鶏の唐揚げ ひじきの煮物 味噌汁	軟飯 出し巻き玉子 サラダ 牛肉の炒り煮	軟飯 鯖の南部揚げ もやしナムル 味噌汁	軟飯 筑前煮 ほうれん草の真砂和え 茶碗蒸し 漬物				
朝食	10 パン食 コーンスープ 黄桃	11 パン食 野菜サラダ フルーツポンチ	12 パン食 ミネストローネ パイナップル	13 パン食 クリームチャウダー バナナ	14 パン食 玉子スープ みかん	15 パン食 炒め物 白桃 チーズ	16 パン食 野菜スープ バナナ				
昼食	軟飯 肉じゃが カリフラワーの酢の物 豆腐の味噌かけ 漬物	軟飯 カレイの香味焼き 炊き合わせ 茄子の炒め煮 フルーツ	軟飯 酢鶏 冷奴 フルーツ ふりかけ	軟飯 白身魚のフライ しる菜のぬた和え すまし汁	軟飯 肉団子の旨煮 ビーフンソテー ほうれん草のかか和え	軟飯 鶏の塩だれ焼き 里芋の煮つけ すまし汁	軟飯 豚肉の冷しゃぶ風 豆腐あんかけ オクラの和え物				
おやつ	ドームケーキ (こしあん)	鯛饅頭 (カスタード)	メープルプチケーキ	やわらかおかし (きな粉)	リングドーナツ (チョコ)	バームクーヘン (抹茶)	しっとり饅頭 (小麦)				
夕食	軟飯 鮭の南蛮漬け 大根のきんぴら風 すまし汁	軟飯 オムレツ サラダ 味噌汁 煮豆	軟飯 鯖の味噌煮 菜の花の錦糸かけ すまし汁 漬物	軟飯 すき焼風 胡瓜の酢の物 フルーツ 漬物	軟飯 鯛の生姜煮 茄子の味噌炒め煮 のっぺい汁	菜飯 五目玉子焼き かき生酢 味噌汁 漬物	軟飯 鯖のねぎ味噌焼き 高野豆腐の煮合わせ もずく 漬物				
朝食	17 パン食 コーンスープ 黄桃	18 パン食 野菜炒め フルーツポンチ	19 パン食 きのこのスープ パイナップル	20 パン食 玉子スープ バナナ	21 パン食 ほうれん草スープ みかん	22 パン食 野菜炒め 白桃	23 パン食 野菜スープ バナナ				
昼食	軟飯 シーフードシチュー 大根サラダ フルーツ ふりかけ	赤飯 鯛の塩焼き 茄子の味噌炒め すまし汁	軟飯 スパニッシュオムレツ サラダ 味噌汁	肉うどん がんもどきの炊き合わせ フルーツ	深川飯 擬製豆腐 きんぴらごぼう すまし汁	軟飯 ミートローフ カリフラワーのサラダ スープ	軟飯 鯖の味噌焼き きのこのあんかけ 胡瓜と茄子のしょうが和え				
おやつ	レモンケーキ	紅白饅頭	焼ドーナツ (豆乳)	くろ棒	カスタードプチケーキ	鯛饅頭	やわらかおかし (えび)				
夕食	軟飯 チンジャオロース ほうれん草のナムル 南瓜のかか煮	軟飯 ミンチカツ 胡瓜の中華和え とろろ芋	軟飯 鶏の竜田揚げ ほうれん草の和え物 けんちん煮	軟飯 鮭のマヨネーズ焼き さつまいもの煮物 トマトサラダ 漬物	軟飯 鶏の照り煮 もやしの酢の物 焼きナス フルーツ	軟飯 白身魚の磯風味フライ 豆腐の味噌かけ すまし汁 漬物	軟飯 おでん 小松菜の菜種和え ヨーグルト ふりかけ				
朝食	24 パン食 コーンスープ 黄桃	25 パン食 ミネストローネ フルーツポンチ	26 パン食 スクランブルエッグ パイナップル	27 パン食 野菜スープ バナナ チーズ	28 パン食 野菜サラダ みかん	29 パン食 炒め物 白桃	30 パン食 玉子入り野菜スープ バナナ チーズ				
昼食	軟飯 鱈の照り焼き 大豆の炒り煮 しる菜の胡麻味噌和え 漬物	軟飯 鶏のつくね煮 小松菜の煮びたし 味噌汁 漬物	五目御飯 鯛の塩焼き もやしナムル すまし汁	軟飯 ワガガの南蛮漬け風 南瓜の含め煮 味噌汁	牛丼 大根なます 赤だし フルーツ	軟飯 白身魚の香味揚げ 牛肉と苟の炒り煮 味噌汁	軟飯 鯖の卸し煮 胡瓜の酢の物 じゃが芋のきんぴら				
おやつ	ドームケーキ (チョコ)	しっとり饅頭 (黒糖)	バウムクーヘン (チョコ)	やわらかおかし (コンボタ)	どら焼き (抹茶あん)	ミルクケーキ	メープルプチケーキ				
夕食	軟飯 スタミナ焼き 冬瓜の葛煮 すまし汁 フルーツ	軟飯 鮭の唐揚げ 炊き合わせ サラダ フルーツ	軟飯 がんもどき 茄子の炒め煮 ジャガイモの真砂和え	軟飯 治部煮 胡瓜の酢の物 湯豆腐 漬物	軟飯 かに玉 がんもどきの煮物 とろろ芋	軟飯 鶏肉の山椒煮 豆腐チャンプル 玉子豆腐 漬物	軟飯 煮込みハンバーグ 白菜の菜種和え 味噌汁				

食種・食材の都合により内容が異なる場合があります。ご了承ください。ウエルハウス西宮栄養科