

メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
9月14日(木)	麦飯 味噌汁 厚焼き卵 梅干し【うめびしお】 牛乳 	御飯 鶏肉のパプリカ風味焼き さつまいもの蜜からめ 胡瓜の酢の物 わかめの磯漬【たいみそ】 	御飯 白身魚の昆布煮 キャベツのソテー カリフラワーの甘酢和え びわ缶 
9月15日(金)	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【白菜煮浸し】 山川漬【黄桃缶】 牛乳 	カレーライス 中華スープ キャベツのサラダ 柚子カットゼリー【マンゴーゼリー】 	御飯 ダルマダイの生姜焼き けんちょう 胡瓜のサラダ ゆずみそ 
十五夜			
9月16日(土)	麦飯 味噌汁 長芋の煮物 甘口たらこ【パンプキンサラダ】 牛乳 	御飯 鮭の香味ソースかけ チンゲン菜のソテー 胡瓜の中華和え 菜公【りんご缶】 	御飯 ポークチャップ 華風煮 レタスサラダ【トマトサラダ】 バナナ【ミルクムース】 
9月17日(日)	胚芽ロール わかめスープ ほうれん草のソテー はちみつレモンゼリー 牛乳 	御飯 カラスカレイの甘酢あんかけ 里芋のごま煮 土佐和え【金時豆】 のり豆 	御飯 親子煮 和風スパゲティ 焼き茄子 しその実わかめ【ふりかけ】 
9月18日(月)	麦飯 味噌汁 しらたきの炒め煮【ポトの煮物】 胡ちゃん漬【白桃缶】 牛乳 	炊き込みごはん 鶏肉の柚庵焼き かき卵汁 白菜のポン酢和え 和菓子【葛こごり小豆】 	御飯 赤魚の西京焼き ごぼうの煮物【大根の煮物】 ブロッコリーのごまドレ和え しそわかめ【めかぶ佃煮】 
敬老の日			
9月19日(火)	麦飯 味噌汁 白菜の煮浸し 刻み高菜【りんご缶・ふりかけ】 牛乳 	御飯 ぶりの照り焼き ポトフ 利久あえ ちりめん昆布【のり佃煮】 	御飯 牛肉のトマトソース煮 もやしのかか炒め【キャベツのかか煮】 もずくの酢の物【冷ややっこ】 梨【梨ゼリー】 
9月20日(水)	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 菊水漬【卵ロール】 牛乳 	御飯 鶏肉の朝鮮焼き ピーマンの炒め物 もやしの和え物【キャベツの和え物】 甘夏缶【パインゼリー】 	御飯 鮭の粕漬焼き うの花炒り【切干大根の炒め煮】 胡瓜の酢の物 のり佃煮 

\*【 】内は軟菜食・ミキサー食・ソフト食の方の献立です。やむを得ず、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。