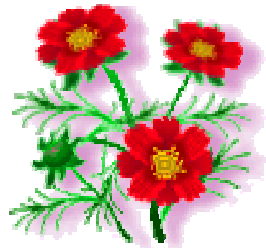
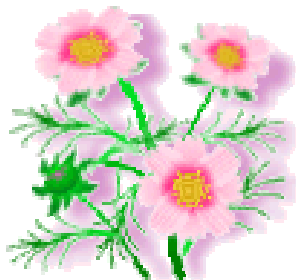




* 献立表 *

常食(A)

	令和05年08月27日(日)	令和05年08月28日(月)	令和05年08月29日(火)	令和05年08月30日(水)	令和05年08月31日(木)	令和05年09月01日(金)	令和05年09月02日(土)
朝	米飯 味噌汁(大根・人参) お魚豆腐揚げの煮物 お浸し 白菜のゆず和え 胡瓜漬(赤) 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ・しめじ) 納豆 レンコン炒め もやしのポン酢和え しば漬け 牛乳	パン パンプキンスープ(豆乳) ミートボール 二色サラダ ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(さつまいも・葱) とりつくね アスパラソテー オクラの昆布和え 千切沢庵 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・椎茸) 高野豆腐の含め煮 山菜の炒め煮 生姜和え 桜大根 牛乳	米飯 味噌汁(ほうれん草・えのき) おろし納豆 キャベツ炒め いんげんのごま和え 洋梨缶 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ・絹さや) がんもの煮物 そばろ煮 黄桃缶 のり佃煮 牛乳
昼	米飯 中華スープ 麻婆豆腐 かにシューマイ 春雨サラダ オレンジ	米飯 味噌汁(小松菜・麩) ほっけの塩焼き 南瓜コンソメ煮 切干し大根甘酢和え パイン	米飯 味噌汁(白菜・えのき) 鶏肉の塩麴焼き ガーリックソテー 菜の花のり和え バナナ	かきあげうどん ミニおにぎり ピーナッツ和え フルーツカクテル	米飯 味噌汁(もやし・あげ) ほっけのみりん焼き ビーフン炒め 青菜のナムル マンゴー	キーマカレー コンソメスープ(白菜・コーン) カリフラワーピクルス 福神漬 オレンジ	米飯 味噌汁(ワカメ・ねぎ) たらフライ さつまいもの煮物 白菜の和え物 バナナ
15時	いちごゼリー	ワッフル	フルーチェ(りんご)	どらやき	ドームケーキ	ワッフル	マドレーヌ
夕	米飯 味噌汁(麩・ねぎ) 白身魚の味噌漬け焼き かぶのコンソメ煮 おかか和え 梅干し	米飯 味噌汁(とろろ昆布・大根葉) 肉じゃが マカロニサラダ ほうれん草のしらす和え ふりかけ	米飯 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) 魚の山椒焼き 大豆の煮物 梅肉和え 胡瓜漬	米飯 味噌汁(麩・チンゲン菜) 揚げ豆腐の五目野菜あん 温野菜のサラダ もやしの中華和え しそ昆布佃煮	米飯 味噌汁(かぶ・大根菜) チキンピカタ きんぴらごぼう 春菊のからし和え もろみみそ	米飯 味噌汁(南瓜・大根葉) さばの漬け焼き 糸こんにゃくの炒り煮 胡瓜の酢の物 青しその実	五目そうめん ミニおにぎり かぼちゃのバター煮 からし和え
	エネルギー 1553kcal	エネルギー 1633kcal	エネルギー 1543kcal	エネルギー 1639kcal	エネルギー 1537kcal	エネルギー 1609kcal	エネルギー 1559kcal
	蛋白質 58.2g	蛋白質 60.8g	蛋白質 63.8g	蛋白質 50.3g	蛋白質 63.3g	蛋白質 59.7g	蛋白質 52.9g
	食塩 10.3g	食塩 9g	食塩 8.6g	食塩 8.9g	食塩 8.2g	食塩 9.1g	食塩 8.5g

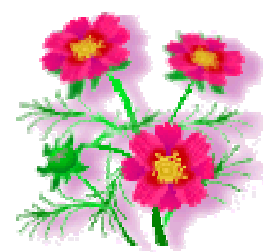




* 献立表 *

常食(A)

	令和05年09月03日(日)	令和05年09月04日(月)	令和05年09月05日(火)	令和05年09月06日(水)	令和05年09月07日(木)	令和05年09月08日(金)	令和05年09月09日(土)
朝	米飯 味噌汁(玉葱・しめじ) ミートボール じゃが芋千切り炒め なめたけおろし ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(ねぎ・わかめ) 納豆 青梗菜のソテー お浸し しば漬け 野菜ジュース	パン 青菜のスープ スクランブルエッグ フレンチサラダ ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(わかめ・大根葉) 肉詰いなり キャベツの炒め煮 ほうれん草の玉ねぎドレ和え 胡瓜漬 牛乳	米飯 味噌汁(小松菜・えのき) 高野たまご巻 山菜の炒め煮 ごま和え 桜だいこん 牛乳	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) うめ納豆 たけのこ土佐炒め 菜の花の柚子和え 黄桃缶 牛乳	米飯 味噌汁(大根・人参) 五目豆腐揚げ含め煮 いんげんの炒め物 白菜の和え物 ふりかけ 牛乳
昼	米飯 中華スープ 八宝菜 ひじきの五目煮 しその実和え りんご	米飯 味噌汁(麩・葱) 麻婆豆腐 さつま芋と昆布の煮物 菜の花の白和え フルーツカクテル	米飯 味噌汁(じゃがいも・わかめ) チキン南蛮 大豆の煮物 ほうれんのからし和え キウイ	月見そば ミニおにぎり わさびマヨ和え バナナ	米飯 味噌汁(かぶ・椎茸) 鶏肉のおろしがけ なすみそ炒め しその実和え パイン	親子丼 味噌汁(かぼちゃ・きぬさや) 中華風奴 浅漬け マンゴー	米飯 味噌汁(小松菜・揚げ) あじの蒲焼き風 ガーリックソテー もやしのポン酢和え パイン缶
15時	ソフトクレープ(チョコ)	チーズケーキ	吹雪饅頭	ミニたい焼き	コーヒゼリー	水ようかん	いちご蒸しパン
夕	米飯 味噌汁(ほうれん草・人参) 松風焼 ふきの炒め煮 春菊のり和え 佃煮	米飯 味噌汁(もやし・あげ) 赤魚の煮付け なすの薬味さっぱりソース 春雨サラダ 千切りたくあん	米飯 味噌汁(とろろ昆布・きぬさや) 千草焼き 大根金平 ゆかり和え 昆布佃煮	米飯 味噌汁(さつまいも・たまねぎ) さわらの味噌漬け焼き もやしとにらの中華炒め 白菜のゆず和え 青しその実	米飯 味噌汁(牛蒡・あげ) 白身魚の照り焼き さつまいもの煮物 ドレッシング和え 白花豆	米飯 味噌汁 さばの塩焼き 冬瓜のかにかまあん ごま和え しそ昆布佃煮	かしわうどん ミニおにぎり 春菊のからし和え コールスローサラダ
	エネルギー 1563kcal	エネルギー 1575kcal	エネルギー 1609kcal	エネルギー 1585kcal	エネルギー 1520kcal	エネルギー 1628kcal	エネルギー 1520kcal
	蛋白質 58.4g	蛋白質 56.6g	蛋白質 57g	蛋白質 63.4g	蛋白質 59.1g	蛋白質 67.3g	蛋白質 57.7g
	食塩 8.6g	食塩 9.5g	食塩 8.6g	食塩 9.5g	食塩 8.5g	食塩 8.8g	食塩 8.6g





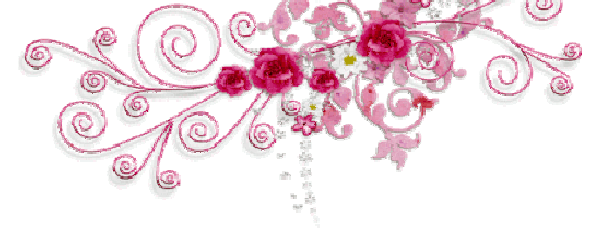
* 献立表 *

常食(A)

令和05年09月10日(日)		令和05年09月11日(月)		令和05年09月12日(火)		令和05年09月13日(水)		令和05年09月14日(木)		令和05年09月15日(金)		令和05年09月16日(土)				
朝	米飯 味噌汁(わかめ・葱) しゅうまい がんもの煮物 オクラの和え物 桜大根 牛乳		米飯 味噌汁(キャベツ・しめじ) 納豆 切干大根の炒め煮 ほうれん草のおかか和え マンゴー缶 牛乳		パン パンプキンスープ(豆乳) ミートボール 白菜のゴマドレ和え ジャム 牛乳		米飯 味噌汁(卵・葱) 肉詰いなり れんこんの炒め煮 白和え しそ昆布佃煮 牛乳		米飯 味噌汁(キャベツ・しめじ) 高野豆腐の煮物 もやし炒め フルーツカクテル のり佃煮 ヨーグルト		米飯 味噌汁(麩・えのき) オクラ納豆 キャベツの炒め煮 磯わかめ りんご缶 牛乳		米飯 味噌汁(じゃがいも・わかめ) がんもの煮物 いんげんのごま炒め みかん缶 千切りたくあん 豆乳(コーヒーマシ)			
	実演☆ 手打ち		米飯 味噌汁(とろろ昆布・ねぎ) 肉豆腐 小松菜の炒め物 スパゲティサラダ オレンジ		米飯 味噌汁(白菜・椎茸) 鶏肉の照り焼き ごま和え 胡瓜の昆布和え りんご		米飯 味噌汁(ほうれん草・人参) メンチカツ ブロッコリーソテー もやしの和え物 キウイ		味噌ラーメン ミニおにぎり こんにゃく炒め 杏仁みかん		米飯 味噌汁(白菜・わかめ) 白身魚のマスタード焼き きんぴらごぼう ほうれん草のお浸し マンゴー		【敬老会】 ざるそば ミニおにぎり 天ぷら盛り合わせ 茶碗蒸し 梨		米飯 味噌汁(キャベツ・人参) 鶏のねぎ塩麩焼き えびシュウマイ ほうれん草の中華和え パイン	
			マスカットゼリー		黒糖饅頭		ピーチゼリー		バナナムース		杏仁みかん		和のパンケーキ(きなこ)		フルーチェ(いちご)	
			米飯 味噌汁(さつま芋・絹さや) 白身魚フライ ほうれん草のソテー 卵とうふ 茶福豆		米飯 味噌汁(麩・大根菜) あぶ玉 麻婆なす しろなののり和え 佃煮		米飯 味噌汁(豆腐・わかめ) 魚のピザ風味焼き 大根金平 菜の花わさび醤油和え 白花豆		米飯 味噌汁(厚揚げ・大根葉) ハンバーグ 大豆とひじきの煮物 春雨サラダ 梅ザーサイ		米飯 味噌汁(チンゲン菜・人参) プルコギ風 南瓜の煮物 大根のゆず和え しば漬		米飯 味噌汁(南瓜・大根葉) たらものムニエル 糸こんにゃくの炒り煮 胡瓜の酢の物 青しその実		米飯 味噌汁(高野豆腐・椎茸) 千草焼き チンゲン菜のソテー おろし酢和え のり佃煮	
			エネルギー	1727kcal	エネルギー	1638kcal	エネルギー	1592kcal	エネルギー	1734kcal	エネルギー	1563kcal	エネルギー	1602kcal	エネルギー	1542kcal
			蛋白質	57.5g	蛋白質	65.5g	蛋白質	58.8g	蛋白質	62.9g	蛋白質	61.5g	蛋白質	63.5g	蛋白質	57.3g
			食塩	9g	食塩	8.7g	食塩	9.1g	食塩	11.7g	食塩	8.2g	食塩	8.5g	食塩	8.4g

実演☆
手打ち





* 献立表 *

常食(A)

	令和05年09月17日(日)		令和05年09月18日(月)		令和05年09月19日(火)		令和05年09月20日(水)		令和05年09月21日(木)		令和05年09月22日(金)		令和05年09月23日(土)	
朝	米飯		米飯		パン		米飯		米飯		米飯		米飯	
	味噌汁(麩・きぬさや)		味噌汁(大根・しめじ)		コーンスープ(豆乳)		味噌汁(高野・葱)		味噌汁(里芋・大根菜)		味噌汁(白菜・人参)		味噌汁(小松菜・エノキ)	
	肉詰いなり		納豆		スクランブルエッグ		ミートボール		高野豆腐の含め煮		めかぶ納豆		豆腐野菜ハンバーグ	
	きんぴられんこん		冬瓜のそぼろ煮		ブロッコリーサラダ		野菜炒め		ごぼうの炒り煮		チンゲン菜のソテー		キャベツの煮浸し	
	もやしの青じそ和え		ごま和え		ジャム		ドレッシング和え		南瓜サラダ		青菜のしらす和え		青菜の磯和え	
	ふりかけ		フルーツカクテル		牛乳		桜大根		しば漬		みかん缶		胡瓜漬	
	牛乳		ヨーグルト				牛乳		野菜ジュース		牛乳		牛乳	
昼	米飯		ちらし寿司		米飯		スパゲティミートソース		サンドイッチ		シーフードカレー		米飯	
	味噌汁(玉葱・卵)		すまし汁		味噌汁(豆腐・絹さや)		コンソメスープ(芋・きぬさや)		ポトフ風		コンソメスープ(白菜・コーン)		味噌汁(厚揚げ・葱)	
	豆腐の五目野菜あん		里芋田楽		ホキの漬け焼き		レタスのサラダ		野菜サラダ		ブロッコリーサラダ		海老のチリソース風	
	こんにゃく炒め		二色お浸し		煮物		バナナ		りんご		福神漬		大根含め煮	
	菜の花の和え物		オレンジ		かぶのゆず和え						キウイ		菜の花のポン酢和え	
	マンゴー				パイナップル								梨	
15時	エクレア		フルーチェ(ぶどう)		いちごゼリー		どら焼き(カスタード)		青りんごゼリー		杏仁豆腐		今川焼き	
夕	米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		醤油ラーメン	
	味噌汁(さつま芋・たまねぎ)		味噌汁(青梗菜・えのき)		味噌汁(大根・大根葉)		清し汁		味噌汁(豆腐・しめじ)		味噌汁(大根・揚げ)		ミニおにぎり	
	あじフライ		鶏のねぎ塩麴焼き		チキンカツ		さばのみそ煮		赤魚のさっぱり煮		白身魚のみそマヨ焼き		かぼちゃのバター煮	
	なめ茸豆腐		じゃが芋のソテー		大豆の煮物		ひじきの煮物		いんげんソテー		キャベツのみそ炒め		ささみの和え物	
	カリフラワー甘酢漬		キャベツのツナ和え		おくらのおかか和え		青梗菜ののり和え		胡瓜の昆布和え		春菊のからし和え			
	胡瓜漬		しそ昆布		千切りたくあん		うめびしお		ふりかけ		昆布豆			
	エネルギー	1621kcal	エネルギー	1422kcal	エネルギー	1637kcal	エネルギー	1561kcal	エネルギー	1489kcal	エネルギー	1633kcal	エネルギー	1675kcal
蛋白質	60.2g	蛋白質	58g	蛋白質	61.8g	蛋白質	60.4g	蛋白質	48.5g	蛋白質	62.7g	蛋白質	60.2g	
食塩	9g	食塩	9g	食塩	8.8g	食塩	8.4g	食塩	8.6g	食塩	9.8g	食塩	10.4g	



* 献立表 *



常食(A)

	令和05年09月24日(日)	令和05年09月25日(月)	令和05年09月26日(火)	令和05年09月27日(水)	令和05年09月28日(木)	令和05年09月29日(金)	令和05年09月30日(土)
朝	米飯 味噌汁(牛蒡・しめじ) がんもの煮物 ツナ炒め もやしの梅和え 千切り沢庵 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・人参) 納豆 キャベツの炒め煮 ほうれん草のなめ茸和え 青しその実漬け 牛乳	パン コーンスープ(豆乳) はんぺんチーズ コールスローサラダ ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(チンゲン菜・人参) いわし蒲焼き 小松菜のソテー ごま和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(大根・大根菜) 高野豆腐の含め煮 れんこんの炒め煮 中華和え 昆布佃煮 豆乳(バナナ)	米飯 味噌汁(玉葱・人参) ひじき納豆 青梗菜のソテー いんげんピーナッツ和え みかん缶 牛乳	米飯 味噌汁(大根・大根の葉) はんぺんのコロコロ煮 じゃが芋千切り炒め 青菜の梅和え あみえび佃煮 牛乳
昼	米飯 中華スープ 麻婆豆腐 えびシューマイ 春雨サラダ マンゴー	ワカメご飯 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) 他人煮 南瓜の煮物 切干し大根甘酢和え りんご	米飯 味噌汁(白菜・えのき) 鶏肉の塩麴焼き ガーリックソテー 菜の花のり和え キウイ	焼きそば 卵スープ 豆腐かにあんかけ ポテトサラダ フルーツカクテル	米飯 味噌汁(えのき・絹さや) 鶏肉のごま醤油焼き なすの薬味さっぱりソース 青菜の和え物 パイン	中秋の名月 さつま芋ごはん きのこ汁 鶏のちゃんちゃん焼き れんこんのごま和え 胡瓜漬 オレンジ	米飯 中華スープ 青椒肉絲 しゅうまい 春雨サラダ バナナ
15時	抹茶ムース	きみしぐれ	いちごゼリー	フルーチェ(みかん)	カステラ	もみじまんじゅう	バームクーヘン
夕	米飯 味噌汁(大根・人参) 鶏肉の山椒焼き 煮物 カリフラワーのゆかり和え のり佃煮	米飯 味噌汁(卵・絹さや) 白身魚のみそマヨ焼き 冬瓜のかにかまあん 青菜の磯辺和え 桜大根	米飯 味噌汁(キャベツ・椎茸) かれいの煮付け ビーフン炒め おろし酢和え しば漬け	米飯 味噌汁(ほうれん草・えのき) ハンバーグ さつま芋と昆布の煮物 ほうれん草のからし和え 白花豆	米飯 味噌汁(とろろ昆布・ねぎ) さばの塩焼き カリフラワーのコンソメ煮 わさび醤油和え 赤しその実	米飯 味噌汁(キャベツ・しめじ) 松風焼 がんもの煮物 マカロニサラダ 千切りたくあん	山菜たぬきそば ミニおにぎり かぼちゃのバター煮 ツナサラダ
	エネルギー 1654kcal	エネルギー 1610kcal	エネルギー 1459kcal	エネルギー 1649kcal	エネルギー 1566kcal	エネルギー 1773kcal	エネルギー 1642kcal
	蛋白質 65.9g	蛋白質 69.2g	蛋白質 58.7g	蛋白質 63.1g	蛋白質 60g	蛋白質 71g	蛋白質 54.4g
	食塩 9g	食塩 9.9g	食塩 8.7g	食塩 9g	食塩 9.3g	食塩 8.4g	食塩 9.2g

