

〇〇 令和6年 9月 献立表 〇〇 【サルビア常食】

							1 (日)
朝食							おじや(鮭フレーク) みそ汁(青菜) アボカドのおかまあんかけ ヨーグルト
昼食							米飯(米50) 豆腐のそぼろあんかけ なすのベーコンソテー キャベツのサラダ フルーツ(もも缶)
昼間食							お菓子
夕食							米飯(米50) 魚の煮付け さつまいものレモン煮 みそ汁(白菜)
2 (月)							3 (火)
朝食	米飯(米50) みそ汁(もやし) ひじきソテー ジョア(プレーン)	薄皮ミニ(白あん) 牛乳 ブロッコリーとトマトのサラダ	米飯(米50) みそ汁(なめこ) スクランブルエッグ ジョア(ストロベリー)	薄皮ミニ(クリーム) 牛乳 ほうれん草サラダ	米飯 みそ汁(豆腐と小松菜) 玉葱とソーセージのソテー ヨーグルト	スタックパン(さつまいも) 牛乳 切り干し大根のイタリアン	おじや(生麦) みそ汁(豆腐と鮭) ほうれん草サラダ ヨーグルト
昼食	米飯 からあげ ごぼうサラダ 味噌汁(ほうれん草) フルーツ(なし)	米飯 鶏肉のケチャップ煮 大豆サラダ コンソメスープ バナナ(1/2)	ゆかりごはん しょうゆラーメン シーチキンサラダ リンゴ缶	かつカレー もやしの酢の物 福神漬 フルーツ(なし)	木の葉井 ソナの酢の物 すまし汁(カニかまぼこ) フルーツ(もも缶)	米飯(米50) 麻婆豆腐 棒棒鶏 かきたま汁 野菜菜漬け	米飯 メンチカツ かぼちゃサラダ クラムチャウダー フルーツ(リンゴ)
昼間食	カスタードケーキ	たこ焼き(冷凍)	焼きプリンタルト	コーヒーゼリーラテ	おはぎ	ベビーシュークリーム	レモンケーキ
夕食	米飯(米50) なすと厚揚げのみそ炒め しらあえ みそ汁(もやし) フルーツ(みかん缶)	五目チャーハン 餃子 中華サラダ コンソメスープ	米飯(米50) 鮭のチャップマン焼き 三色なます コンソメスープ 漬物(きゅうり漬)	米飯(米50) 牛肉の冷しゃぶ ほうれん草の梅かつお和え 味噌汁(厚揚げ・小松菜) たくあん漬	米飯(米50) 魚のムニエル アボカドの酢味噌かけ みそ汁(青菜) たくあん漬	米飯(米50) 親子煮 五色和え(おしん草) みそ汁(もやし) フルーツ(パイナップル)	米飯 いり豆腐 ブロッコリーのサラダ 鶏レバーの味噌煮 みそ汁(もやし)
9 (月)							10 (火)
朝食	米飯(米50) みそ汁(玉葱) 小松菜の煮浸し ジョア(ブルーベリー)	スティックパン(プレーン) 牛乳 オムレット(朝食用)	米飯(米50) みそ汁(豆腐と小松菜) カレーソテー ヨーグルト	薄皮ミニ(あんパン) 牛乳 玉葱とソーセージのソテー	米飯(米50) みそ汁(玉葱) スクランブルエッグ ジョア(プレーン)	薄皮ミニ(クリーム) 牛乳 大豆サラダ	おじや(鶏ミンチ) 味噌汁(さつまいも) ポークビーンズ ヨーグルト
昼食	米飯 サバの煮つけ オクラとえのじのしょうが酢 みそ汁(豆腐と鮭) バナナ(1/2)	米飯(米50) デミグラスソースハンバーグ オーロラサラダ コンソメスープ	米飯 魚の柚庵ムニエル キャベツのごま酢和え みそ汁(もやし) フルーツ(もも缶)	米飯 かぼちゃコロッケ 煮浸し 鶏レバーの味噌煮 みそ汁(茄子)	若菜ごはん 焼きそば ほうれん草のナムル 中華スープ フルーツ(キウイ)	米飯(米50) 筑前煮 雑穀のごまあえ すまし汁(豆腐) フルーツ(みかん缶)	米飯(米50) あじフライ 鶏肉の味噌焼き みそ汁(玉葱) フルーツ(もも缶)
昼間食	こしあんおはぎ	ココロあんドーナツ	ミニ今川焼き	やわらかおかし	ソフトクレープ	お菓子	黒ごまプリン
夕食	中華丼 トマトのサラダ 卵スープ	米飯 だし巻き卵と野菜の煮物 カニかまの酢の物 みそ汁(豆腐となめこ) フルーツ(みかん缶)	米飯(米50) 豚肉さつぱり梅煮 ほうれん草のごまあえ みそ汁(もやし) たかな漬	米飯(米50) 鶏じゃが おろし和え(炒り卵) みそ汁(白菜) フルーツ(パイナップル)	米飯(米50) カニ卵あんかけ チキンサラダ バナナ(1/2)	米飯(米50) 魚のムニエル 中華サラダ みそ汁(豆腐と小松菜)	米飯(米50) 豚肉の味噌焼き アボカドのおかまあんかけ みそ汁(かぼちゃと味噌)
16 (月)							17 (火)
朝食	米飯(米50) みそ汁(豆腐と小松菜) ブロッコリーとトマトのサラダ	チョコチップスナックパン 牛乳 なすのオリーブ炒め	米飯(米50) みそ汁(豆腐と小松菜) 煮浸し ジョア(マスカット)	薄皮ミニ(チョコ) 牛乳 ウインナーのソテー	米飯(米50) みそ汁(豆腐と鮭) 玉葱とソーセージのソテー ジョア(ブルーベリー)	スティックパン(プレーン) 牛乳 スクランブルエッグ	おじや(はたて) みそ汁(キャベツ) 小松菜の煮浸し ヨーグルト
昼食	いもご飯 月見そば キャベツのサラダ バナナ(1/2)	栗おこわ 巻き寿司 きのこの炊き込みご飯 焼き豚 炊き合わせ 酢の物 ブりの照り焼き 金時豆の甘煮 フルーツ(梨・ぶどう) 吸い物	ちらし寿司 厚揚げの煮物 赤だし フルーツ(もも缶)	米飯 お好みたまご 胡麻ドレッシング 青菜ときのこの中華スープ フルーツ(もも缶)	ゆかりごはん きつねうどん かぼちゃサラダ バナナ(1/2)	米飯(米50) 天ぷら盛り合わせ ごま味噌和え(里芋) みそ汁(じゃがいも) フルーツ(みかん缶)	米飯(米50) 魚の味噌焼き カニかまのサラダ みそ汁(かぼちゃと味噌)
昼間食	お月見まんじゅう	季節の和菓子(鶴亀の雛)	シューアイス	グレープゼリー	スイートポテト	バナナカステラ	ミニルマンド
夕食	米飯 ミートローフ 里芋とソナの煮物 かきたま汁 たまごふりかけ	米飯 枝豆とえびの卵焼き ほうれん草のごま味噌あえ みそ汁(もやし) フルーツ(みかん缶)	米飯(米50) デミグラスソースハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ フルーツ(みかん缶)	米飯 魚の塩焼き(塩さば) ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(豆腐と鮭) 漬物(きゅうり漬)	米飯(米50) 豚肉の中華風煮込み 田楽 みそ汁(白菜)	米飯(米50) 豆腐とほたて貝の旨煮 チキンサラダ 味噌汁(小松菜) たくあん漬	卵のせカレー ポテトサラダ 福神漬 フルーツ(リンゴ)
23 (月)							24 (火)
朝食	米飯(米50) みそ汁(玉葱) ほうれん草の煮浸し ヨーグルト	チョコチップスナックパン 牛乳 パンキョウサラダ(朝食用)	米飯(米50) みそ汁(煮豚) 煮浸し ヨーグルト	薄皮ミニ(クリーム) 牛乳 オムレット(朝食用)	米飯(米50) みそ汁(白菜) チンゲン菜のソテー ジョア(ストロベリー)	薄皮ミニ(白あん) 牛乳 ほうれん草サラダ	おじや(鶏ミンチ) みそ汁(かぼちゃと味噌) なすのオリーブ炒め ジョア(プレーン)
昼食	米飯 鶏つくねの照り煮 ツナの酢の物 みそ汁(かぼちゃと味噌) バナナ(1/2)	米飯 鮭の照り焼き 金時豆の甘煮 ホウレン草のピーナツ和え みそ汁(もやし)	米飯 すき焼き風煮 ほうれん草サラダ すまし汁(えのき) フルーツ(キウイ)	米飯 ポークチャップ 鮭し和え みそ汁(かぼちゃと味噌)	米飯 カレイの煮つけ 大豆サラダ みそ汁(かぼちゃと味噌) バナナ(1/2)	米飯 寄せ鍋風 フレッシュサラダ 味噌汁(さつまいも) フルーツ(パイナップル)	米飯(米50) おでん パンチンソー バナナ(1/2)
昼間食	ミニマドレーヌ	ミニどら焼き	芋ようかん	プリン	ミニたい焼き	シルベース	お菓子
夕食	ハヤシライス キャベツのサラダ らっきょう フルーツ(ぶどう)	米飯(米50) 鶏肉の鶏風ソテー 大豆サラダ みそ汁(かぼちゃ) さけふりかけ	米飯(米50) 変わり肉じゃが カニかまのサラダ 卵スープ 漬物(きゅうり漬)	米飯 親子煮 シーチキンサラダ みそ汁(青菜) しば漬	オムライス hamサラダ コンソメスープ 福神漬	三色丼 五色なます 味噌汁(厚揚げ・小松菜) フルーツ(キウイ)	米飯(米50) 魚の西京焼き わかずみ時のサラダ 味噌汁(さつまいも) フルーツ(もも缶)
30 (月)							
朝食	米飯(米50) みそ汁(豆腐と鮭) 小松菜の煮浸し						
昼食	カツ丼 ブロッコリーのサラダ 味噌汁(厚揚げ・小松菜) フルーツ(リンゴ)						
昼間食	さつまいも蒸しパン						
夕食	米飯(米50) 厚揚げのあんかけ 春菊のごまあえ かきたま汁						