

令和5年9月 献立表

	9月17日(日)	9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	9月23日(土)
朝食	ミニ抹茶ツイスト	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥 
	野菜サラダ(かにかま)	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	えび団子煮	チーズサラダ	ほうれん草の和え物	大根のドレ和え	チンゲン菜の炒め煮	だし巻きたまご
	果物	果物	牛乳 	果物	牛乳	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト 	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	492Kcal 1.3g	283Kcal 2.5g	507Kcal 1.6g	255Kcal 2.2g	449Kcal 1.4g	246Kcal 2.2g	301Kcal 2.3g
昼食	【お誕生日会】	【敬老の日】	御飯	おにぎり	カレーライス	御飯	【秋分の日】
	御飯 	きのこ御飯	白身魚のパン粉焼き	鶏肉入りにゅうめん	漬物(福神漬)	鶏肉と野菜の甘酢あんかけ	ちらし寿司
	ハンバーグ 	天ぷらの盛り合わせ	添え(ソテー)	厚揚げの炒め煮	スナップエンドウのサラダ	ちくわの磯辺炒め	かき揚げ
	添え(グラッセ)	添え(天つゆ)	ふきの煮物	里芋の味噌和え	マンゴープリン	水菜のからし和え	赤だし
	カリフラワーのコンソメ煮	炊き合わせ	カリフラワーのドレ和え			味噌汁	おはぎ 
	フレンチサラダ	紅白なます 	コンソメスープ				
	コーンスープ 	清汁 					
	果物 						
	663Kcal 3.8g	633Kcal 2.9g	604Kcal 2.4g	598Kcal 2.8g	674Kcal 2.7g	700Kcal 3.6g	543Kcal 2.9g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の塩焼き	鶏の甘辛味噌焼き	牛肉のオイスターソース炒め	あじの南蛮漬け	豆腐と海老のとろみ煮	太刀魚のごま焼き	鶏の照り焼き
	添え(おろし・甘酢生姜)	白菜とツナの煮物	ニラもやし炒め	小松菜炒め	ビーフン炒め	添え(ブロッコリー・人参)	添え(オクラ)
	卵とじ	オクラのおかか和え	春雨サラダ	ポテトサラダ	胡瓜のちりめん和え	ひじき煮	南瓜のいところ煮
	スナップエンドウのごま和え	中華スープ	わかめスープ 	味噌汁 	中華スープ	ほうれん草のドレ和え	マカロニのオーロラサラダ
	味噌汁 					清汁 	味噌汁
	534Kcal 2.9g	609Kcal 3.4g	560Kcal 2.3g	649Kcal 2.7g	528Kcal 2.8g	561Kcal 1.9g	723Kcal 2.7g
総合計	1626Kcal 8.0g	1525Kcal 8.8g	1671Kcal 6.3g	1502Kcal 7.7g	1651Kcal 6.9g	1507Kcal 7.7g	1567Kcal 7.9g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。