

杉の郷 9月献立表

| | | | | | | 9月1日(金) | 9月2日(土) |
|---|--|---|---|---|--|--|---|
| 朝 | | | | | | クロワッサン 野菜ジュース | バターロールパン コーヒー牛乳 |
| 昼 | | | | | | ご飯 焼きビーフン 磯香あえ 玉子の中華風スープ | ご飯 お弁当 (とり肉カシューナッツ炒め) 具だくさん味噌汁 |
| 夕 | | | | | | ご飯 鶏肉と野菜の味噌照り焼き いんげんのごま和え 青梗菜の中華炒め煮 | カレーライス グリーンサラダ フルーツポンチ |
| | 9月3日(日) | 9月4日(月) | 9月5日(火) | 9月6日(水) | 9月7日(木) | 9月8日(金) | 9月9日(土) |
| 朝 | バターロールパン 野菜ジュース | コモパン 牛乳 | コモパン 野菜ジュース | バターロールパン のむヨーグルト | バターロールパン 牛乳 | クロワッサン 野菜ジュース | バターロールパン コーヒー牛乳 |
| 昼 | ご飯 お弁当 (白身魚の天ぷら和風あん) 豆腐スープ2 | ご飯 とうもろこしと鶏肉の中華炒め 冷ややっこ 里芋とイカの煮物 みそ汁(なす、ミョウガ) | ご飯 そら おかず(ネギ塩豚) 赤だし | ご飯(少なめ) じゃがいも入り焼きそば チキンナゲット みそ汁(かぼちゃ、ネギ) 梨 | ご飯 そら おかず(鶏なんばん) 秋のみそ汁 | ご飯 もやしと豚バラ炒め コールスローサラダ 里芋の唐揚げ みそ汁(オクラ、なめこ) | ご飯 お弁当(オムレツのデミソース) ミニ豚肉うどん |
| 夕 | 麻婆茄子丼 スパゲティサラダ ワカメスープ | ご飯 カジキ塩焼き ゆでキャベツとツナサラダ かぼちゃの甘煮 | ご飯 れんこんと鶏そぼろの甘辛煮 ブロッコリーサラダ2 ピザポテト | ご飯 あじの蒲焼き トマトのマリネ 青菜と玉ねぎのオイスター炒め | ご飯 マカロニのクリーム煮 きゅうりの三杯酢和え 油揚げの炒め物 | ご飯 さばのみそピー焼き 切り干し大根のごまヨサダ きのこ竹輪の煮びたし | ご飯 さわらの西京焼き ハムサラダ 豆腐の炒り煮 |
| | 9月10日(日) | 9月11日(月) | 9月12日(火) | 9月13日(水) | 9月14日(木) | 9月15日(金) | 9月16日(土) |
| 朝 | バターロールパン 野菜ジュース | コモパン 牛乳 | コモパン 野菜ジュース | バターロールパン のむヨーグルト | バターロールパン 牛乳 | クロワッサン 野菜ジュース | バターロールパン コーヒー牛乳 |
| 昼 | ご飯 お弁当 (豆腐ハンバーグ) コーンスープ | ご飯 ぶりの照り焼き 大根と水菜のサラダ なすのスープ野菜 | ご飯 鶏むね肉のごま照り焼き れんこんのしゃきしゃき酢 かみなり汁 | ご飯 そら おかず (デミグラスハンバーグ) 白菜とベーコンのスープ | ご飯 そら おかず(エビチリ) 春雨スープ | ご飯 春巻き 大根のさっぱりサラダ ゴマみそスープ | ご飯 お弁当 (豚肉と木耳の中華炒め) ミニ醤油ラーメン |
| 夕 | ポークカレー レタスサラダ マンゴープリン | ご飯 豚じゃがが煮 中華きゅうり 豆苗の炒め物 | ご飯 煮魚 さつま芋のペペロン風サラダ 野菜炒め | ご飯 豚肉とだいこんの煮物 きゅうりワカメ酢の物 玉子とピーマン、ハムの炒め物 | ご飯 いかと野菜炒め ブロッコリーの胡麻辛子和え もやしとウインナー卵とじ | ご飯 カジキ塩焼き 胡瓜とハムの酢の物 鶏レバーの甘辛煮 | 厚揚げのカレーそぼろ丼 やわらかごぼうサラダ ポテトスープ |
| | 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 | バターロールパン 野菜ジュース | コモパン 牛乳 | コモパン 野菜ジュース | バターロールパン のむヨーグルト | バターロールパン 牛乳 | クロワッサン 野菜ジュース | バターロールパン コーヒー牛乳 |
| 昼 | ご飯 お弁当 (チキンクリームソース) 豚キャベツ高野豆腐の椀 | 牛肉とごぼうのお寿司 茶碗蒸し 海苔スープ 水ようかん(こしあん) | ご飯 そら おかず(麻婆豆腐) みそワンダンスープ | [A]揚げパン [B]フレンチトースト <small>[共]なすとほうれん草のクリームスパゲティ [共]レタスと温泉卵のシーザーサラダ</small> | ご飯 卵と野菜のコロッケ バンバンジーやっこ りんごの甘煮 | ご飯 そら おかず (アスパラベーコン巻き) チキンのカレースープ | ご飯 お弁当(メンチカツ) ミネストローネ |
| 夕 | ご飯 鮭のマスタード焼き 里芋のそぼろ煮 シンプルサンラータン | にぎやかうどん 豆サラダ 豚肉とピーマンの炒め物 | ご飯 いりどり ひじきサラダ2 もやしのナポリタン | ご飯 さばの塩麹焼き 洋風白和え 里芋とイカの煮物 | ご飯 鶏のさっぱり煮 アスパラガスのサラダ 玉葱の卵とじ | ご飯 しいらの蒲焼き 海草サラダ さつま芋の甘辛煮 | きんぴら丼 ポテサラ 吸い物(うずら卵) |
| | 9月24日(日) | 9月25日(月) | 9月26日(火) | 9月27日(水) | 9月28日(木) | 9月29日(金) | 9月30日(土) |
| 朝 | バターロールパン 野菜ジュース | コモパン 牛乳 | コモパン 野菜ジュース | バターロールパン のむヨーグルト | バターロールパン 牛乳 | クロワッサン 野菜ジュース | バターロールパン コーヒー牛乳 |
| 昼 | ご飯 お弁当 (鶏肉の甘酢あんかけ) 中華野菜スープ | ハヤシライス アスパラガスのサラダ フルーツヨーグルト | ご飯 そら おかず(からあげカレー味) みそ汁(ほうれん草、えのき) | ご飯 お弁当(八宝菜) 中華コーンスープ | ご飯 そら おかず (里芋まんじゅう) 大根ポトフ | ご飯 お月見ハンバーグ チョレギサラダ 白ねぎのみそクリームシチュー 十五夜ゼリー | ご飯 お弁当(牛すき煮) 沢煮椀 |
| 夕 | 他人丼 マカロニサラダ みそ汁(わかめ、ねぎ) | ご飯 鶏肉とさつま芋のあまがら煮 玉ねぎとカニカマの胡麻ダレサラ お豆腐シューマイ | ご飯 ブリ大根 もやしとハムの辛子醤油和え 高野豆腐の中華クリーム煮 | お弁当(鶏そぼろ丼) 厚揚げのスープ | ご飯 マカロニグラタン コーンサラダ 青梗菜の炒め物 | ご飯 魚の蒲焼き 春雨と胡瓜の酢の物 かぼちゃのそぼろ煮 | きつね丼 スパゲティサラダ 清汁(ハンペン) |