

杉の郷 9月献立表

		9月1日(月)	9月2日(火)	9月3日(水)	9月4日(木)	9月5日(金)	9月6日(土)
朝		オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ざりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
昼		ご飯 五目卵焼き なすの塩昆布和え 白ねぎのみそクリームシチュー	ご飯 ポーク梅ハニー 胡瓜の胡麻和え はるさめスープ	ご飯 えだまめコロッケ ほうれん草サラダ スタミナみそ汁	開園記念 お祝い膳 梨	ご飯 カジキ塩焼き 野菜のからしごまあえ 赤だし	冷やし中華 チキンナゲット ワカメスープ
夕		ご飯 鶏肉とゴボウの酢しょうゆ煮 レタスの胡麻ドレ和え かぼちゃの甘煮	ご飯 そら おかず (白身魚フライ) みそ汁(オクラ、なめこ)	ご飯 そら おかず (冷しゃぶサラダ) うずら卵とえびのスープ	ご飯 そら おかず (鮭の塩焼き) 切干大根スープ	ご飯 そら おかず (豆腐ハンバーグ) コンスープ	ご飯 しいらのカレー焼き きゅうりの三杯酢和え ピザポテト
		9月7日(日)	9月8日(月)	9月9日(火)	9月10日(水)	9月11日(木)	9月12日(金)
朝		バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ざりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン 野菜ジュース ヨーグルト
昼		ゆかりごはん とんぺい焼き トマトの中華風冷や奴 きゅうりのスープ	ご飯 とり肉となすの南蛮煮 かぼちゃのアーモンドサラダ 秋のみそ汁	ご飯 ミックスフライ 花野菜のごまみそ和え コンソメたまごスープ	ハヤシライス コールスローサラダ 野菜と豆のスープ	かしわ飯 ぶりのにんにくしょうが焼き りっちゃんサラダ 高野豆腐のみそ汁	きしめん ひじきとチーズのマリネ ごぼうとしめじのバター炒め
夕		ご飯 あじの南部焼き レタスの胡麻酢和え 里芋のそぼろ煮	ご飯 たらのムニエル 切り干し大根のごまヨサダ きのこ竹輪の煮びたし	ご飯 そら おかず (鯖の照り焼き) もずくのスープ	ご飯 そら おかず (肉団子の甘酢あん) ごまみそ汁	ご飯 そら おかず (カニクリームコロッケ) かぼちゃスープ	ご飯 そら おかず (鶏みそ焼き) 冬瓜スープ
		9月14日(日)	9月15日(月)	9月16日(火)	9月17日(水)	9月18日(木)	9月19日(金)
朝		バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ざりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン 野菜ジュース ヨーグルト
昼		衣笠井 赤しそ和え せん切り野菜のすまし汁	ご飯 秋のあげだし豆腐 レタスと温泉卵のシーザーサラダ みそ汁(さつまいも、ネギ)	ご飯 豚肉のハーベキューソースかけ ゆでなすのナムル 中華コンスープ	ご飯 コーンピラフ さばと大豆のカレーソースかけ フレンチサラダ 豚キャベツ高野豆腐の椀	ご飯 照り焼きハンバーグ カラフルサラダ クリーミーカレー春雨スープ	ご飯 マーボー厚揚げ ひじきサラダ 押し麦のスープ
夕		ご飯 赤魚のきのこソースかけ ひじきとささみの梅マヨサラダ ガーリックポテト	ご飯 かじきのチーズパン粉焼き れんこんのしゃきしゃき酢 鶏レバーの甘辛煮	ご飯 そら おかず (ラタトゥイユ) 白菜スープ	ご飯 そら おかず (油淋鶏) あおりのみそ汁	ご飯 そら おかず (白身魚の天ぷらと風あん) なすのスープ野菜	ご飯 そら おかず (えびチリと海鮮焼売) 鶏肉ワカメスープ
		9月21日(日)	9月22日(月)	9月23日(火)	9月24日(水)	9月25日(木)	9月26日(金)
朝		バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォールベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ざりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォールベパン 野菜ジュース ヨーグルト
昼		ご飯 スペイン風オムレツ ブロッコリーサラダ 豆苗スープ	秋の味覚ごはん 豆腐ナゲット 大根のさっぱりサラダ みそ汁(ハンペン、小松菜)	ご飯 チキンチキンごぼう パンパンジーサラダ 実だくさんスープ	秋野菜カレー グリーンサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 鶏肉とポテトのレモン和え カリフラワーとコーンのサラダ ミネストローネ	バターロールパン なす入りミートスパゲティ スイートポテトサラダ ジュリエンスープ
夕		豚のピリ辛井 もやしと油揚げのごま酢和え みそ汁(なめこ、ねぎ)	ご飯 しいらの蒲焼き 海藻サラダ もやしのナポリタン	ご飯 そら おかず (鮭マヨネーズ焼き) わかめとアサリのスープ	ご飯 そら おかず (蒸し鶏) 中華野菜スープ	ご飯 そら おかず (鯖の塩焼き) さつまい	ご飯 そら おかず (チキンステーキ) みそシチュー
		9月28日(日)	9月29日(月)	9月30日(火)			
朝		バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト			
昼		ご飯 ブリ大根 じゃが芋のわさびサラダ お豆腐シューマイ すまし汁(そうめん)	とふめし 野菜のからしごまあえ がんもどきの野菜あん 豚汁	ご飯 レバーミンチカツ 枝豆さだ じゃがもち中華スープ フルーツポンチ(梅ジュース)			
夕		きんぴら井 野沢菜納豆 まごわやさしい味噌汁	ご飯 マカロニグラタン チョレギサラダ かぼちゃのそぼろ煮	ご飯 そら おかず (豚のしょうが焼き) きのこの味噌汁			