

献立一覧表

2023年 9月 [常食]

麺、変わりご飯の日

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
朝食						ご飯 みそ汁 牛肉大和煮 かぶのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ なすのドレッシングかけ ヤクルト
昼食						ゆかりご飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き れんこんと竹輪の炒め煮 黄桃缶	ご飯 コンソメスープ コロケ マカロニソテー ヨーグルトフルーツソース
おやつ						チョコパン	紅茶ケーキ
夕食						ご飯 すまし汁 豆腐ステーキ明太ソース かぼちゃとベーコンのソテー ブロッコリーのごま和え	ご飯 みそ汁 白身魚の煮付け 鶏と里芋の炒め物 白菜のお浸し
	3	4	5	6	7	8	9
朝食	ご飯 みそ汁 ほうれん草の煮浸し 豆サラダ ジョア	ご飯 みそ汁 肉詰めいなりの煮物 春菊のしらす和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 さつま揚げと野菜の炒め物 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ 小松菜とあさりのサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 はんぺんの煮物 いんげんのくるみ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 生揚げと大根の炒り煮 きゅうりとかにかまのゆず風味 ヤクルト	ご飯 みそ汁 そばろ炒め かぶの和風和え ジョア
昼食	ご飯 すまし汁 豚肉の生姜焼き さつま芋とえんどうの煮物 和梨缶	ご飯 コンソメスープ 白身魚のタルタルソース焼 カリフラワーのカレー風味煮 オレンジ	ご飯 ポタージュ ミートボールのコンソメ煮 ブロッコリーのチーズ焼 黄桃缶	【愛媛県献立】しょうゆ飯 みそ汁 じゃこ天、いもたき 白菜の酢の物 抹茶ゼリーあんみつ	ご飯 コンソメスープ ポークソテー じゃが芋のトマト煮 和梨缶	スパゲティミートソース コンソメスープ 角切りさつま芋フレンチサラダ 白桃缶	ご飯 すまし汁 白身魚の田楽 ひじきの煮物 マンゴー缶
おやつ	ムース	ヨーグルトケーキ	手作りかぼちゃミルク寒天	プチシュー	パンケーキ	あずきプリン	プッセケーキ
夕食	ご飯 中華スープ かに玉 シューマイ 春雨中華サラダ	ご飯 みそ汁 生揚げと青菜のチャンプル じゃが芋の煮物 大根ときゅうりの和え物	ご飯 すまし汁 サバの塩焼き かぶの味噌煮 オクラのお浸し	ご飯 中華スープ 鶏とセロリの中華炒め チンゲン菜の中華旨煮 カリフラワーのドレッシングかけ	ご飯 みそ汁 白身魚の卵とじ 鶏とれんこんのソテー もやしのお浸し	ご飯 みそ汁 えび団子と野菜の炒め煮 ピーマンとウィンナーのソテー ブロッコリーのボン酢風味	ご飯 みそ汁 鶏肉とかぼちゃの甘辛煮 なすとエリンギの炒め物 オクラの生姜和え
	10	11	12	13	14	15	16
朝食	ご飯 みそ汁 厚焼き卵 カリフラワーのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 揚げボールの煮物 オクラのおかか和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 小松菜の卵炒め かぶとわかめのサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 竹輪の野菜炒め もやしのしそ風味和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ポテトとウィンナーのソテー なすのお浸し ヤクルト	ご飯 みそ汁 もやしの干しエビ炒め ほうれん草のお浸し ジョア	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ スパゲティサラダ ヨーグルト
昼食	ご飯 みそ汁 豚肉のしぐれ煮 キャベツの磯和え 黄桃缶	中華丼 中華スープ 蒸し餃子の中華ダレ みかん缶	ご飯 みそ汁 揚げ魚の野菜あん 豚肉と大根の煮物 フルーツカクテル缶	ご飯 コンソメスープ いか団子と野菜の炒め さつま芋のレーズン煮 梨	ご飯 みそ汁 白身魚の黄金煮 小松菜のピーナッツ和え パイ缶	ハヤシライス コンソメスープ きゅうりとわかめの酢の物 白桃缶	ご飯 コンソメスープ 白身魚のんにく醤油かけ 肉団子と玉ねぎの煮物 りんごヨーグルト
おやつ	ヨーグルトババロア	吹雪まんじゅう	かっぱえびせん	バームクーヘン	手作りココア蒸しパン	チョコババロア	まんじゅう
夕食	ご飯 中華スープ 豆腐の中華旨煮 ビーフン炒め 小松菜の中華和え	ご飯 みそ汁 アジの香味焼き れんこんと切昆布の炒り煮 玉ねぎの梅かつお和え	ご飯 コンソメスープ 鶏のハニーマスタードソース カリフラワーのミルク煮 キャベツとコーンのサラダ	ご飯 みそ汁 めばるのさらさ蒸し 里芋と大豆の煮もの ほうれん草の錦糸和え	ご飯 みそ汁 豚肉のソース焼き 野菜のカレー風味煮 ひじき和風サラダ	ご飯 みそ汁 サバのごま醤油焼き かぼちゃのはちみつ煮 きのこのおろし和え	ご飯 すまし汁 里芋と高野豆腐の煮物 小松菜とコーンの炒め物 かぶのゆず味噌和え
	17	18	19	20	21	22	23
朝食	ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜煮物 チンゲン菜のしらす和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ベーコンと小松菜のソテー なめ茸おろし ジョア	ご飯 みそ汁 切り干し大根の炒り煮 オクラのおかか和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 竹輪の煮物 カリフラワーのサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 チーズ入りスクランブル 白菜のサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 牛肉大和煮 ブロッコリーのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 厚焼き卵 なすのドレッシングかけ ヤクルト
昼食	ご飯 みそ汁 五目卵焼き キャベツの青しそ和え マンゴー缶	【敬老の日】赤飯 天ぷら、すまし汁 きのこ豆腐 春菊の菊花浸し 栗水ようかん	ご飯 みそ汁 蒸しタラのあんかけ かぼちゃのサラダ みかん缶	ご飯 コンソメスープ 豚肉とエリンギのソテー しらすポテト焼き パイ缶	山菜とろろそば(温) はんぺんの磯辺焼き 春菊のボン酢和え フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 サバのみりん焼き ひじきの炒め煮 黄桃缶	ご飯 中華スープ 家常豆腐 大根の炒り煮 みかん缶
おやつ	パンケーキ	和菓子	ショコラプチケーキ	ミニたい焼き	コーヒーゼリー	抹茶パンケーキ	バームクーヘン
夕食	ご飯 パンプキンスープ 白身魚のオーロラソース焼 カリフラワーのスープ煮 いんげんのサラダ	ご飯 すまし汁 和風あんかけハンバーグ ビーフン炒め ブロッコリーの和風和え	ご飯 中華スープ 卵と春雨の炒め物 シューマイ 春菊ののり和え	ご飯 みそ汁 ぶりの煮付け 豆腐のかに風味あんかけ キャベツのからし和え	ご飯 みそ汁 つみれとれんこんの煮物 小松菜の炒め物 トマトと玉ねぎのサラダ	ご飯 みそ汁 酢鶏 冬瓜の煮物 ほうれん草の中華和え	ご飯 みそ汁 白身魚の香り蒸 肉団子とさつま芋の甘辛煮 オクラのおかか和え
	24	25	26	27	28	29	30
朝食	ご飯 みそ汁 アスパラと鶏の和風炒め スパゲティサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 ポイルウィンナー もやしのごまドレッシング ヨーグルト	ご飯 みそ汁 炒り豆腐 小松菜のゆかり風味 ヤクルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ 人参サラダ ジョア	ご飯 みそ汁 高野豆腐のそばろあんかけ いんげんの生姜和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 じゃが芋の煮物 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 オムレツ かぶのサラダ ジョア
昼食	ご飯 みそ汁 タラの磯部揚げ ふぎと里芋の煮物 パイ缶	えびピラフ コンソメスープ キャベツの卵炒め ほうれん草の和え物 白桃缶	ご飯 みそ汁 鶏肉の中華風照り焼き ポテトサラダ マンゴー缶	ご飯 みそ汁 白身魚の韓国焼き ほうれん草のナムル ぶどう缶	【健康御膳】麦飯 具沢山汁 サバのピーナッツみそ焼き アボガドと豆腐のごまソース きゅうりのサラダ、和梨缶	ご飯 みそ汁 白身魚の沢煮 切り干し大根の煮物 りんご	ご飯 みそ汁 揚げ出し豆腐カニ風味あん チンゲン菜のボン酢和え 黄桃缶
おやつ	杏仁豆腐	カスタードクリームパン	黒糖まんじゅう	いちごムース	かっぱえびせん	月見まんじゅう	プチシュー
夕食	ご飯 すまし汁 豆腐の肉みそかけ さつま揚げの炒り煮 いんげんのごま和え	ご飯 みそ汁 豚肉となすの甘辛煮 竹輪入り金平ごぼう 白菜のお浸し	ご飯 すまし汁 めばるのレモン蒸し カリフラワーの中華炒め わかめと春雨の酢の物	ご飯 中華スープ 豚肉と野菜の中華炒め なすとピーマンのみそ炒め 中華冷奴	ご飯 みそ汁 鶏肉の塩麹焼き かぶの煮物 ほうれん草としめじの和え物	ご飯 すまし汁 豚肉と野菜のカレーソテー 小松菜の煮浸し マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 白身魚のごまだれ漬け もやしとにらの炒め物 玉ねぎのおかかサラダ

【特別養護老人ホームカメリア・ショートステイカメリア】

*都合により献立を変更することがあります。