

献立一覧表

2024年9月 [常食]

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	ご飯 みそ汁 しらすと野菜の炒め物 かぶのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ 長芋の梅ドレ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ほうれん草とハムの炒め物 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 きゅうりのドレッシングかけ ヨーグルト	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
昼食	シーフードピラフ コンソメスープ 鶏肉の照り焼き れんこんと竹輪の炒め煮 ヨーグルトフルーツソース	ご飯 みそ汁 コロケ マカロニソテー みかん缶	ご飯 かぼちゃのポタージュ ポークチャップ 豆腐サラダ ミニパフェ	ご飯 コンソメスープ 白身魚のタルタルソース焼き カリフラワーのカレー風味煮 パイン缶	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き フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 めばるの山椒煮 かぼちゃとハムのソテー りんご	ご飯 コンソメスープ ポークソテーりんごソース スパゲティサラダ 黄桃缶
おやつ	青りんごゼリー	ワッフル	ミルクムース	ヨーグルトケーキ	抹茶ゼリー	プチシュー	チョコパン
夕食	ご飯 中華スープ 麻婆なす シュウマイ 春雨中華サラダ	ご飯 みそ汁 白身魚の煮付け 里芋のそぼろあんかけ 白菜のお浸し	ご飯 すまし汁 えび団子と野菜の炒め煮 かぼちゃとベーコンのソテー もやしのごま和え	ご飯 みそ汁 豚肉と生揚げの炒め物 じゃが芋の煮物 大根とホタテのサラダ	ご飯 すまし汁 さばの塩焼き かぶのみそ煮 ごぼうサラダ	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 えびと野菜の卵とじ 鶏とれんこんのソテー もやしのお浸し
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	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 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 そぼろ炒め 白菜のお浸し ジョア	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 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 オクラのごま和え ヨーグルト	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スープ煮 なす浸し ヨーグルト
昼食	ご飯 コンソメスープ 鶏肉の和風オニオンソース 小松菜の干しえび炒め パイン缶	ご飯 すまし汁 白身魚の田楽 ひじきの煮物 フルーツカクテル缶	ご飯 鶏もろみみそ丼 みそ汁 金平ごぼう 黄桃缶	ご飯 中華スープ 蒸し餃子の中華だれ ぜんまいのナムル みかん缶	ご飯 みそ汁 ますのムニエル、なすの和え物 鶏肉とレンコンの甘酢炒め 豆腐の豆花(トウファ)風	ご飯 中華スープ 豆腐とえびの中華旨煮 さつま芋のレーズン煮 黄桃缶	ご飯 みそ汁 たらの黄金煮 かぶと鶏の炒め物 パイン缶
おやつ	マンゴープリン	ブッセケーキ	せんべい	ミルクティーゼリー	紅茶ケーキ	ライチゼリー	バームクーヘン
夕食	ご飯 みそ汁 たらのチーズ焼き ウィンナーと野菜のスープ煮 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	ご飯 コンソメスープ 豆腐ステーキ明太ソース ビーフン炒め 小松菜の中華和え	ご飯 みそ汁 あじの香味焼き 刻昆布とさつま揚げの煮物 玉ねぎの梅かつお和え	ご飯 コンソメスープ 鶏肉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 鶏肉と里芋の煮物 ほうれん草の錦糸和え	ご飯 コンソメスープ 豚肉のつけ焼き 野菜のカレー風蒸し煮 ひじき和風サラダ
	15	16	17	18	19	20	21
朝食	ご飯 みそ汁 もやしの干しえび炒め 納豆のしらす和え ジョア	ご飯 みそ汁 プレーンオムレツ スパゲティサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 はんぺんと野菜煮物 白菜のお浸し ヨーグルト	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 カリフラワーと蒸し鶏のサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 チーズ入りスクランブル 白菜のコールスローサラダ ジョア
昼食	ご飯 かき玉汁 肉豆腐 きゅうりとわかめの酢の物 黄桃缶	【敬老の日・松花堂弁当】 赤飯、すまし汁 天ぷら、たらの西京焼き 紅白なます ケーキ	ご飯 コーンポタージュ 白身魚のオーロラソース焼き カリフラワーのスープ煮 りんごヨーグルト	白湯ラーメン 揚げ鶏の南蛮漬け ブロッコリーとツナのサラダ みかん缶	【クックデリの非常食の日】 パン ご飯、みそ汁 カレーの中華あんかけ 大根の洋風煮 カリフラワーのサラダ	パン スープ 鶏肉とときのこのトマト煮込み チンゲン菜の煮浸し フルーツカクテル缶	ご飯 すまし汁 松風焼 なすの田舎煮 パイン缶
おやつ	梅ゼリー	和菓子	ショコラプチケーキ	水ようかん	せんべい	まんじゅう	コーヒーゼリー
夕食	ご飯 みそ汁 さばのごま醤油焼き 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 かぶのふろふき 小松菜のゆず浸し	ご飯 みそ汁 五目卵焼き じゃが芋金平 いんげんのサラダ	ご飯 みそ汁 めばるの韓国風照り焼き なすと豚肉の炒め煮 ほうれん草のナムル	ご飯 中華スープ 卵と春雨の炒め物 シュウマイ 春菊の海苔和え	ご飯 みそ汁 あじの煮付け 豆腐のかに風味あんかけ 人参ともやしのツナサラダ	ご飯 みそ汁 つみれとレンコンの煮物 小松菜の炒め物 トマトと玉ねぎのサラダ
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	ご飯 みそ汁 かぼちゃと豚肉の炒め煮 ブロッコリーとコーンのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 なすのドレッシングかけ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 さつま揚げの炒り煮 納豆 ジョア	ご飯 みそ汁 ポイルウィンナー もやしのごまドレ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 炒り豆腐 小松菜のゆかり風味 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ 人参とツナのフレンチサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 高野豆腐のそぼろあんかけ 小松菜のピーナッツ和え ヨーグルト
昼食	ご飯 みそ汁 さばのみりん焼き ひじきの炒め煮 黄桃缶	ご飯 すまし汁 豚肉と生揚げのみそ炒め 大根の炒り煮 マンゴー缶	ご飯 みそ汁 たらの磯辺揚げ ふきと里芋の煮物 みかん缶	ご飯 スープ イタリアンオムレツ ほうれん草のなると和え オレンジ	ご飯 みそ汁 めばるのレモン蒸し 大根のあさりの炒め煮 パイン缶	ご飯 みそ汁 ピーンズカレー スープ ビーフン炒め りんご缶	ご飯 コンソメスープ 白身魚のトマトソース カリフラワーとチーズサラダ みかん缶
おやつ	手作りココア蒸しパン	バームクーヘン	杏仁豆腐	黒糖まんじゅう	クリームパン	あんずゼリー	スイスロール
夕食	ご飯 中華スープ 酢鶏 冬瓜の煮物 ほうれん草とかにかまのサラダ	ご飯 みそ汁 白身魚のボン酢かけ 肉団子とさつま芋の甘辛煮 オクラのおかか和え	ご飯 すまし汁 豆腐の肉みそかけ レンコンのベーコン炒め 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 鶏肉の中華風照り焼き オクラの梅肉和え ポテトサラダ	ご飯 コーンポタージュ 白身魚のオーロラソース焼き カリフラワーのスープ煮 いんげんのサラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉の塩麴焼き かぶの煮物 ほうれん草としめじの和え物
	29	30					
朝食	ご飯 みそ汁 じゃが芋とさつま揚げの煮物 白菜の和風サラダ ヨーグルト	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 豚肉の生姜焼き 切り干し大根の煮物 フルーツカクテル缶	ご飯 すまし汁 白身魚のごまだれ漬け 玉ねぎのおかかサラダ 黄桃缶					
おやつ	あんパン	いちごババロア					
夕食	ご飯 みそ汁 白身魚の沢煮 春菊と庄内麩の煮浸し マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 揚げ出し豆腐かに風味あんかけ れんこんと竹輪のおかか煮 チンゲン菜のボン酢和え					

【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。