

2021年 9月分

# 予定献立表

## 9月1日は防災の日

防災の日に、災害時の非常食用に常備して有る缶詰、ご飯はアルファ米を提供させていただきます。



6日 (月)		7日 (火)		8日 (水)		9日 (木)		10日 (金)	
ご飯 玉ねぎとみょうがのスープ 酢豚 春雨サラダ 水ようかん <i>716kcal</i>		冷やし五目うどん ブロッコリーのマヨ和え 煮豆 チョコレート饅頭 <i>582kcal</i>		ご飯 野菜スープ 白身魚のミートソース レタスサラダ 焼きプリンタルト <i>713kcal</i>		パン 野菜スープ ポークチャップ コールスローサラダ りんごジュース <i>726kcal</i>		きのご飯 澄まし汁 豆腐揚げと野菜の煮物 柿なます インゲンの胡麻和え 上用饅頭 <i>702kcal</i>	
13日 (月)		14日 (火)		15日 (水)		16日 (木)		17日 (金)	
さんまの蒲焼丼 すまし汁 胡瓜とワカメの酢の物 なめこおろし メロン <i>709kcal</i>		ご飯 水餃子の中華スープ マーボー春雨 焼き豚野菜サラダ 蒸しパンケーキ <i>658kcal</i>		キーマカレー 野菜スープ カラフル野菜マリネ ヨーグルト和え <i>678kcal</i>		ご飯 けんちん汁 さばの味噌煮 キャベツのおかか和え オクラのとろろかけ 梨 <i>653kcal</i>		海老ピラフ 野菜スープ ロールキャベツ 野菜サラダ ババロア <i>558kcal</i>	
20日 (月)		21日 (火)		22日 (水)		23日 (木)		24日 (金)	
		お月見		スパゲティーナポリタン じゃが芋のポタージュ 野菜サラダ ヨーグルト <i>698kcal</i>				お彼岸	
		ご飯 みそ汁 豚肉のしょうが蒸し 南瓜サラダ 小松菜和え お月見ゼリー <i>625kcal</i>		栗御飯 澄まし汁 さわらの塩焼き 豆腐あんかけ ほうれん草浸し おはぎ <i>674kcal</i>					
27日 (月)		28日 (火)		29日 (水)		30日 (木)		* 予定献立の為 メニューの一部を 変更する事が有ります ご了承下さい。	
さつま芋ご飯 澄まし汁 鮭の塩麴焼き 大根と人参の薄くず煮 小松菜のレモン醤油和え マドレーヌ <i>564kcal</i>		パン トマトスープ スパニッシュオムレツ グリーンサラダ 豆乳プリン <i>706kcal</i>		ご飯 コーン入り中華スープ かに玉 チンゲン菜のナムル タルト <i>679kcal</i>		チキンライス 野菜スープ キャベツメンチカツ フレンチサラダ フルーチェ <i>633kcal</i>			



