

2023年 9月

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、レトルトご飯はアルファ米を、提供させていただきます。

- ・今月は、ご当地メニューを提供します、お楽しみに。
- ・パンの日には、ご利用者様に、ジャムを選択して頂く、予定です。



* 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。

1日(金)	
防災の日(防災食)	
中華丼	
玉子スープ	
まめこんぶ	
フルーツ缶	502kcal

4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
冷やし五目うどん ブロッコリーの味噌マヨ和え 煮豆 上用饅頭 605kcal	ご飯 中華風コーンスープ 野菜たっぷりマーボー豆腐 茄子とパプリカのナムル 大学芋 730kcal	さつま芋ご飯 澄まし汁 たらのおろし煮 きゅうりとオクラの和え物 なます どら焼き 607kcal	パン 豆乳野菜スープ コロケ 海藻と大根のサラダ いちごゼリー 734kcal	ご飯 みそ汁 さつま揚げと根菜の煮物 春菊のお浸し ひじき入り白和え スイートポテト 587kcal
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
ご飯 野菜スープ 白身魚のミートソース レタスサラダ マドレーヌ 698kcal	ご当地メニュー(東京) 親子丼 澄まし汁 焼き茄子 小松菜とわかめのシラス和え たい焼き 703kcal	ご飯 ワンタンスープ ホイコーロー セロリとイカの和え物 ヨーグルト和え 683kcal	ご飯 澄まし汁 鯖の味噌煮 チンゲン菜とコーンのお浸し たくあん納豆 梨 642kcal	チキンライス コンソメスープ ロールキャベツ 野菜のカラフルマリネ ジョア 506kcal
19日(火)		20日(水)	21日(木)	22日(金)
	ご飯 みそ汁 かじきマグロの竜田揚げ ほうれん草のやまかけ セロリ塩こぶ漬け ヤクルト 575kcal	パン コンソメスープ スパニッシュオムレツ グリーンサラダ 豆乳プリン 744kcal	カツカレー きのこのスープ フレンチサラダ りんごジュース 659kcal	ご飯 水餃子の中華スープ かに玉甘酢あんかけ チンゲン菜のナムル 杏仁豆腐 666kcal
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
ご飯 ミネストローネスープ ポークピカタ もやしのサラダ りんご缶 710kcal	お彼岸 栗御飯 澄まし汁 さわらの塩焼き ほうれん草浸し 豆腐あんかけ おはぎ 678kcal	スパゲティミートソース 野菜スープ ブロッコリーヨーグルトサラダ パイナップル 735kcal	ご飯 みそ汁 豚肉と大根の煮物 ふくさ焼き 小松菜とエリンギのお浸し 水ようかん 667kcal	お月見 さんまの蒲焼丼 澄まし汁 胡瓜とワカメの酢の物 いんげんのお浸し お月見ゼリー 719kcal
