

9月献立表(桜ホーム)

1 日朝	* ご飯 * 千草焼き(人参、玉子) * 味噌汁(薄揚、玉葱、葱) * 旨菜の煮浸し(薄揚)	1 日昼	* カレーライス(豚肉、玉葱、じゃが芋、人参) * あらめと豆腐の炒め煮(人参) * かき玉汁(葱) * キウイ	1 日夕	* ご飯 * マルの味噌マヨ焼き * インゲンと鶏の和え物 * 味噌汁(じゃが芋、玉葱)
2 日朝	* ご飯 * 味噌汁(茄子、ワカメ、葱) * さつま揚げの煮付 * 茄子と椎茸のそぼろ煮	2 日昼	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、薄揚、葱) * 肉団子の甘酢煮(玉葱、人参、シメジ) * マカロニサラダ(胡瓜、ハム) * オレンジ、バナナ	2 日夕	* ご飯 * すまし汁(蒲鉾、トロロ、葱) * 子宝煮(鶏ミンチ、薄揚、MIXベジ) * 酢物(キャベツ、胡瓜、カニカマ)
3 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、薄揚、葱) * 豆乳がんと人参の煮付 * 筑前煮(蓮根、牛蒡、人参、鶏肉)	3 日昼	* ご飯 * すまし汁(エノキ、トロロ、オクラ) * 茄子とミンチの甘辛炒め * じゃが芋と角天煮(人参)	3 日夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、薄揚) * 酢豚(玉葱、人参、ピーマン) * ひじき煮(人参、角天)
4 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、人参、葱) * スクランブルエッグ盛合せ(スッキーニ、ナス、パプリカ) * 洋風ツナじゃが(玉葱、人参)	4 日昼	* ご飯 * ワカメスープ * リンゴ * 鶏肉のトマト煮(玉葱、シメジ) * 胡瓜とオクラのゴマドレ和え	4 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、じゃが芋、葱) * 豆腐ハンバーグ(ミンチ、玉葱)(キャベツ添) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子)
5 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * 肉詰め稲荷の煮物(鶏ミンチ、キャベツ、蕪) * 小松菜とコーンのソテー	5 日昼	* ご飯 * 鶏の唐揚げ(レタス) * リンゴのコンポート * モヤシとキャベツのマヨ和え(カニカマ) * 味噌汁(キャベツ、人参、玉葱、じゃが芋、葱)	5 日夕	* ご飯 * すまし汁(玉子、トロロ、葱) * 鰯の南蛮漬け(玉葱、人参、ピーマン) * 茄子と厚揚げの煮物
6 日朝	* ご飯 * 鰯のみりん焼き * 山菜と干瓢の炒め煮(筍、ワカメ、鶏肉、エノキ) * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ、葱)	6 日昼	* ご飯 * すまし汁(ハンパソ、トロロ、葱) * 魚のキコあんかけ(エノキ、シメジ、玉葱、人参) * 南瓜煮 * オレンジ	6 日夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ) * ピーマンの肉詰め(ミンチ、玉葱) * じゃが芋と人参の煮物
7 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ナス、葱) * ハンバーグデミソース(マッシュルーム、玉葱、人参) * 人参の炒め煮(蒲鉾、薄揚)	7 日昼	* 煮込みうどん(鶏肉、椎茸、人参、天かす、葱) * 小ご飯 * キウイ * ホテサラ(胡瓜、ハム)	7 日夕	* ご飯 * 鯖の塩焼き(おろしぼん酢) * さつま揚げの金平(人参) * 味噌汁(薄揚げ、玉葱、葱)
8 日朝	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、人参、葱) * 鶏団子煮(玉葱と人参のソテー添え) * ぜんまいと竹輪の煮物(人参、椎茸)	8 日昼	* ご飯 * すまし汁(エノキ、蒲鉾、葱) * 豚肉と茄子とピーマンの味噌炒め(竹輪) * 小松菜の煮浸し(人参、角天)	8 日夕	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、薄揚げ) * カレ-あんかけ豆腐(ミンチ) * 里芋と昆布巻きを含め煮
9 日朝	* ご飯 * お魚厚揚げ * 味噌汁(エノキ、麩、葱) * じゃが芋と桜エビのガーリック炒め(玉葱)	9 日昼	* ご飯 * コーンスープ * オレンジ * 鶏胸肉のピカタ(インゲンのバターソテー) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子)	9 日夕	* ご飯 * もずく酢(胡瓜) * ハンパソフライ * 味噌汁(豆腐、葱)
10 日朝	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、人参、玉葱) * 角揚げの煮付(ゴマ)(葉大根の和え物) * カリフラワーのホットチリソース和え	10 日昼	* シーフードピラフ(シーフード&ベジMIX) * 鶏の照焼(レタス、トマト) * バイン * マッシュポテト * 蕪玉スープ(生姜)	10 日夕	* ご飯 * 味噌汁(茄子、葱) * 手作り餃子(キャベツ、蕪、豚ミンチ) * ひじき煮(人参、角天、大豆缶)
11 日朝	* ご飯 * キャベツとベーコンのソテー * 豆腐つくね団子のトマトソースかけ(スナップエンドウ) * 味噌汁(じゃが芋、玉葱) * ヤクルト	11 日昼	* ご飯 * ワカメスープ(玉葱、玉子) * 豚キムチ(玉葱、豆腐) * バナナ * 長芋のぼん酢和え(オクラ、鰹節)	11 日夕	* ご飯 * 赤魚の煮付(インゲン添え) * モヤシと胡瓜の中華風サラダ * 味噌汁(椎茸、厚揚げ、人参)
12 日朝	* ご飯 * はんぺんの炊き合わせ * 味噌汁(舞茸、人参) * 蓮根とひじきの煮物	12 日昼	* 牛丼(玉葱) * バナナ * 味噌汁(じゃが芋、人参、薄揚) * キャベツの酢味噌和え(ハム、人参)	12 日夕	* ご飯 * すまし汁(ハンパソ、エノキ、葱) * 筑前煮(鶏肉、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻、蓮根) * 大根とソーチンのサラダ(鰹節、ゴマ)
13 日朝	* ご飯 * 鯖煮付(青梗菜の中華和え添) * 白菜と鶏の煮物(人参) * 味噌汁(シメジ、キャベツ、人参)	13 日昼	* 小ご飯 * たこ焼き1個 * バナナ * たぬきそば(天かす、蒲鉾、トロロ、葱) * 南瓜のそぼろ煮(鶏ミンチ)	13 日夕	* ご飯 * 味噌汁(厚揚げ、ナス、葱) * スパニッシュオムレツ(玉葱、じゃが芋) * ほうれん草とササミのゴマドレ和え
14 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、ワカメ、葱) * 信田煮と菜の花の炊き合わせ(人参、薄揚) * 肉じゃが(牛肉、人参、玉葱) * 苺ヨーグルト	14 日昼	* チラシ寿司(錦糸卵、テンソフ) * 鮭のフライ * ホテサラ(ハム、胡瓜) * フルーツゼリー * すまし汁(ハンパソ、葱)	14 日夕	* ご飯 * 味噌汁(小松菜、人参、薄揚) * 卵の花炒り煮(おかか、人参、椎茸、薄揚) * 鰯の南蛮漬け(玉葱、人参、ピーマン、モヤシ)
15 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、麩、葱) * 鰯のつみれ煮(生姜)(オクラ添え) * ひじきと高野の煮物(人参)	15 日昼	* ご飯 * 豚の生姜焼き(玉葱) * キャベツの酢味噌和え(ハム、人参) * 玉子スープ(玉葱、蕪) * 梨	15 日夕	* ご飯 * 牛肉と麩の煮物 * モロヘイヤと人参の和え物 * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ)
16 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、玉葱) * 竹輪の旨煮(人参) * 青梗菜と薄揚げの炒め煮	16 日昼	敬老会祝い膳・巻き&稲荷寿司・フライ(白身、エビ) ・茄子煮(厚揚、絹サヤ)・南瓜煮・ホテサラ・胡瓜酢物 ・すまし汁(豆腐、麩、三つ葉、カニカマ)・ブドウ、梨	16 日夕	* 小ご飯 * 海老天そば * ほうれん草の白和え(人参) * 味噌汁(キャベツ、人参、薄揚)

9月献立表(桜ホーム)

17 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、薄揚、葱) * 白身魚揚げ(玉葱、人参) * 茄子の揚げ浸し	17 日昼	* 親子丼(鶏肉、玉子) * 梨 * キャベツとツナのゴマドレ和え * すまし汁(エノキ、トロ、葱)	17 日夕	* 炊込みご飯(鶏肉、椎茸、人参、薄揚) * ジャガ芋、赤天の煮物 * ビーマン玉子とじ * 豚汁(椎茸、豆腐、玉葱)
18 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ) * 和風オムレツ盛合せ(ミートボール、スナップエンドウ) * ジャーマンポテト(玉葱、ベーコン) * ヤクルト	18 日昼	* ご飯 * 蕪玉スープ(生姜) * 焼肉(豚肉、玉葱、ビーマン、人参、モヤシ、キャベツ) * オクラと胡瓜の昆布和え	18 日夕	* ご飯 * 味噌汁(茄子、薄揚、葱) * 根菜煮(鶏肉、牛蒡、人参、蓮根) * ひじきサラダ(胡瓜、ハム、大豆)
19 日朝	* ご飯 * 豚の生姜焼き(玉葱、人参) * 旨い菜とハンパンの煮浸し * 味噌汁(じゃが芋、薄揚)	19 日昼	* キーマカレー(ミンチ、人参、玉葱、大豆) * マカロニサラダ(胡瓜、ハム、玉子) * ワカメスープ(玉葱、生姜、ゴマ) * オレンジ	19 日夕	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、麩) * 鶏の唐揚げ(レタス) * 茄子の煮物(厚揚げ)
20 日朝	* ご飯 * 海苔出汁巻き * 味噌汁(ワカメ、麩、玉子、葱) * 青梗菜と多種キノコの炒め煮(人参)	20 日昼	* チラシ寿司(錦糸卵、テンポ) * 肉団子の甘酢煮(玉葱、人参、ビーマン) * すまし汁(ハンパ、トロ、葱) * ハナナ	20 日夕	* ご飯 * 南瓜の煮物 * 磯辺白身フライ(キャベツ) * 味噌汁(麩、玉葱)
21 日朝	* ご飯 * 鯖の塩焼き * カリフラワーのかあんかけ * 味噌汁(豆腐、葱) * ヨーグルト	21 日昼	* 煮込みラーメン(モヤシ、キャベツ、人参、豚肉) * 焼売 * オレンジ * 胡瓜、ツナの酢物	21 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、シメジ) * 梅紫蘇鶏天ぷら和風あんかけ * 菜の花の中華和え
22 日朝	* ご飯 * はんぺんの含め煮 * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ、葱) * 五目煮(干瓢、蓮根、人参、牛蒡、薄揚)	22 日昼	* おはぎ(あんこ、黄粉) * ハナナ * 胡瓜とカニカマのサラダ(人参) * 味噌汁(麩、玉葱、ワカメ)	22 日夕	* ご飯 * 椎茸と大豆の旨煮 * 味噌汁(南瓜、薄揚、葱) * 鱈のおろしソース(ズッキーニ、ナス、パプリカ)
23 日朝	* ご飯 * 鯖の照焼(青梗菜の中華和え) * ぜんまい炒め煮(人参、椎茸、薄揚) * 味噌汁(豆腐、人参、玉子、葱)	23 日昼	* ご飯 * 人参しりしり(ツナ、玉子、ゴマ) * コンソメスープ(ベーコン、玉葱) * 鶏のトマト煮(玉葱、人参、じゃが芋、シメジ)	23 日夕	* ご飯 * ハムエッグフライ * 南瓜のマスタードサラダ * すまし汁(ハンパ、葱)
24 日朝	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、玉葱、葱) * 豆乳しんじょうの煮物(人参煮物添え) * 牛蒡のおかか煮	24 日昼	* ご飯 * ほうれん草のゴマ和え * 鯖の竜田揚げ(温キャベツ) * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * オレンジ	24 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、薄揚、葱) * 手作り餃子(ミンチ、玉葱、蕪) * 胡瓜酢物(ワカメ、ツナ、ゴマ)
25 日朝	* ご飯 * 味噌汁(人参、ワカメ、麩) * 豆腐ナゲットのトマトソース(スナップエンドウ) * ジャガ芋のミルクカレー煮 * ヤクルト	25 日昼	* ご飯 * 蕪玉スープ * ハナナ * ササミのピカタ(レタス、トマト) * コールスローサラダ(キャベツ、ハム)	25 日夕	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、麩、葱) * 鮭のホイル焼き(シメジ、エノキ) * あらめ煮(人参、薄揚)
26 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、葱) * 白葱と鶏肉の柚子胡椒焼き * 旨い菜と桜エビの炒め煮	26 日昼	* ご飯 * 豚肉と茄子の煮物 * 切干大根(椎茸、人参) * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * 桃	26 日夕	* ご飯 * かき玉スープ(葱) * 八宝菜(豚肉、白菜、人参、玉葱) * 和え物(胡瓜、カニカマ、ワカメ、キャベツ)
27 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、人参、葱) * ソーセージ平天と落の煮物 * 揚げ茄子の黒酢あんかけ(人参、玉葱)	27 日昼	* ご飯 * キウイ * がんもの含め煮(椎茸、人参、インゲン) * ワカメスープ(ゴマ)	27 日夕	* ご飯 * 味噌汁(茄子、薄揚) * 子宝煮(人参、ミンチ、玉子) * キャベツの酢味噌和え(カニカマ、ゴマ)
28 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * お魚厚揚げ * ヨーグルト * カリフラワーのトマト煮	28 日昼	* 小ご飯 * キウイ * 肉うどん(牛肉、ワカメ、葱、蒲鉾) * 小松菜と薄揚げの煮物	28 日夕	* ご飯 * 鶏の照焼 * 玉葱と人参のソテー * ほうれん草とベーコンのバターソテー * 味噌汁(麩、玉葱、葱)
29 日朝	* ご飯 * きんぴら牛蒡(人参) * 枝豆しんじょうの柚子あんかけ * 味噌汁(南瓜、薄揚、葱)	29 日昼	* ご飯 * オレンジ * シチュー(鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム)	29 日夕	* ご飯 * 里芋の豆そぼろ * 鯖のゴマ味噌焼き * 葉大根の和え物(人参)
30 日朝	* ご飯 * 鯿の塩焼き * 味噌汁(じゃが芋、人参、葱) * セロリと竹輪の炒め煮(ゴマ)	30 日昼	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * 野菜炒め(豚肉、人参、玉葱、ビーマン) * ひじき煮(人参、薄揚)	30 日夕	* ご飯 * 南瓜煮 * すまし汁(トロ、麩、葱) * かき揚げ(シーフードMIX、玉葱、ビーマン、人参)
31 日朝		31 日昼		31 日夕	

9月献立表(銀杏ホーム)

1 日朝	* ご飯 * 千草焼き(人参、玉子) * 味噌汁(薄揚、玉葱、葱) * 旨菜の煮浸し(薄揚)	1 日昼	* カレーライス(豚肉、玉葱、じゃが芋、人参) * あらめと豆腐の炒め煮(人参) * かき玉汁(葱) * キウイ	1 日夕	* ご飯 * マルの味噌マヨ焼き * インゲンと鶏の和え物 * 味噌汁(じゃが芋、玉葱)
2 日朝	* ご飯 * 味噌汁(茄子、ワカメ、葱) * さつま揚げの煮付 * 茄子と椎茸のそぼろ煮	2 日昼	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、薄揚、葱) * 肉団子の甘酢煮(玉葱、人参、シメジ) * マカロニサラダ(胡瓜、ハム) * オレンジ、バナナ	2 日夕	* ご飯 * すまし汁(蒲鉾、トロロ、葱) * 子宝煮(鶏ミンチ、薄揚、MIXベジ) * 酢物(キャベツ、胡瓜、カニカマ)
3 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、薄揚、葱) * 豆乳がんと人参の煮付 * 筑前煮(蓮根、牛蒡、人参、鶏肉)	3 日昼	* ご飯 * すまし汁(エノキ、トロロ、オクラ) * 茄子とミンチの甘辛炒め * じゃが芋と角天煮(人参)	3 日夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、薄揚) * 酢豚(玉葱、人参、ピーマン) * ひじき煮(人参、角天)
4 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、人参、葱) * スクランブルエッグ盛合せ(スッキーニ、ナス、パプリカ) * 洋風ツナじゃが(玉葱、人参)	4 日昼	* ご飯 * ワカメスープ * リンゴ * 鶏肉のトマト煮(玉葱、シメジ) * 胡瓜とオクラのゴマドレ和え	4 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、じゃが芋、葱) * 豆腐ハンバーグ(ミンチ、玉葱)(キャベツ添) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子)
5 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * 肉詰め稲荷の煮物(鶏ミンチ、キャベツ、蕪) * 小松菜とコーンのソテー	5 日昼	* ご飯 * 鶏の唐揚げ(レタス) * リンゴのコンポート * モヤシとキャベツのマヨ和え(カニカマ) * 味噌汁(キャベツ、人参、玉葱、じゃが芋、葱)	5 日夕	* ご飯 * すまし汁(玉子、トロロ、葱) * 鰯の南蛮漬け(玉葱、人参、ピーマン) * 茄子と厚揚げの煮物
6 日朝	* ご飯 * 鰯のみりん焼き * 山菜と干瓢の炒め煮(筍、ワカメ、鶏肉、エノキ) * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ、葱)	6 日昼	* ご飯 * すまし汁(ハンパシ、トロロ、葱) * 魚のキコあんかけ(エノキ、シメジ、玉葱、人参) * 南瓜煮 * オレンジ	6 日夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ) * ピーマンの肉詰め(ミンチ、玉葱) * じゃが芋と人参の煮物
7 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ナス、葱) * ハンバーグデミソース(マッシュルーム、玉葱、人参) * 人参の炒め煮(蒲鉾、薄揚)	7 日昼	* 煮込みうどん(鶏肉、椎茸、人参、天かす、葱) * 小ご飯 * キウイ * ホテサラ(胡瓜、ハム)	7 日夕	* ご飯 * 鯖の塩焼き(おろしぼん酢) * さつま揚げの金平(人参) * 味噌汁(薄揚げ、玉葱、葱)
8 日朝	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、人参、葱) * 鶏団子煮(玉葱と人参のソテー添え) * ぜんまいと竹輪の煮物(人参、椎茸)	8 日昼	* ご飯 * すまし汁(エノキ、蒲鉾、葱) * 豚肉と茄子とピーマンの味噌炒め(竹輪) * 小松菜の煮浸し(人参、角天)	8 日夕	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、薄揚げ) * カレ-あんかけ豆腐(ミンチ) * 里芋と昆布巻きを含め煮
9 日朝	* ご飯 * お魚厚揚げ * 味噌汁(エノキ、麩、葱) * じゃが芋と桜エビのガーリック炒め(玉葱)	9 日昼	* ご飯 * コーンスープ * オレンジ * 鶏胸肉のピカタ(インゲンのバターソテー) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子)	9 日夕	* ご飯 * もずく酢(胡瓜) * ハンパシフライ * 味噌汁(豆腐、葱)
10 日朝	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、人参、玉葱) * 角揚げの煮付(ゴマ)(葉大根の和え物) * カリフラワーのホットチリソース和え	10 日昼	* シーフードピラフ(シーフード & ベジMIX) * 鶏の照焼(レタス、トマト) * バイン * マッシュポテト * 蕪玉スープ(生姜)	10 日夕	* ご飯 * 味噌汁(茄子、葱) * 手作り餃子(キャベツ、蕪、豚ミンチ) * ひじき煮(人参、角天、大豆缶)
11 日朝	* ご飯 * キャベツとベーコンのソテー * 豆腐つくね団子のトマトソースかけ(スナップエンドウ) * 味噌汁(じゃが芋、玉葱) * ヤクルト	11 日昼	* ご飯 * ワカメスープ(玉葱、玉子) * 豚キムチ(玉葱、豆腐) * バナナ * 長芋のぼん酢和え(オクラ、鰹節)	11 日夕	* ご飯 * 赤魚の煮付(インゲン添え) * モヤシと胡瓜の中華風サラダ * 味噌汁(椎茸、厚揚げ、人参)
12 日朝	* ご飯 * はんぺんの炊き合わせ * 味噌汁(舞茸、人参) * 蓮根とひじきの煮物	12 日昼	* 牛丼(玉葱) * バナナ * 味噌汁(じゃが芋、人参、薄揚) * キャベツの酢味噌和え(ハム、人参)	12 日夕	* ご飯 * すまし汁(ハンパシ、エノキ、葱) * 筑前煮(鶏肉、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻、蓮根) * 大根とシーチキンのサラダ(鰹節、ゴマ)
13 日朝	* ご飯 * 鯖煮付(青梗菜の中華和え添) * 白菜と鶏の煮物(人参) * 味噌汁(シメジ、キャベツ、人参)	13 日昼	* 小ご飯 * たこ焼き1個 * バナナ * たぬきそば(天かす、蒲鉾、トロロ、葱) * 南瓜のそぼろ煮(鶏ミンチ)	13 日夕	* ご飯 * 味噌汁(厚揚げ、ナス、葱) * スパニッシュオムレツ(玉葱、じゃが芋) * ほうれん草とササミのゴマドレ和え
14 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、ワカメ、葱) * 信田煮と菜の花の炊き合わせ(人参、薄揚) * 肉じゃが(牛肉、人参、玉葱) * 苺ヨーグルト	14 日昼	* チラシ寿司(錦糸卵、テンソウ) * 鮭のフライ * ホテサラ(ハム、胡瓜) * フルーツゼリー * すまし汁(ハンパシ、葱)	14 日夕	* ご飯 * 味噌汁(小松菜、人参、薄揚) * 卵の花炒り煮(おかか、人参、椎茸、薄揚) * 鰯の南蛮漬け(玉葱、人参、ピーマン、モヤシ)
15 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、麩、葱) * 鰯のつみれ煮(生姜)(オクラ添え) * ひじきと高野の煮物(人参)	15 日昼	* ご飯 * 豚の生姜焼き(玉葱) * キャベツの酢味噌和え(ハム、人参) * 玉子スープ(玉葱、蕪) * 梨	15 日夕	* ご飯 * 牛肉と麩の煮物 * モロヘイヤと人参の和え物 * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ)
16 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、玉葱) * 竹輪の旨煮(人参) * 青梗菜と薄揚げの炒め煮	16 日昼	敬老会祝い膳・巻き&稲荷寿司・フライ(白身、エビ) ・茄子煮(厚揚、絹サヤ)・南瓜煮・ホテサラ・胡瓜酢物 ・すまし汁(豆腐、麩、三つ葉、カニカマ)・ブドウ、梨	16 日夕	* 小ご飯 * 海老天そば * ほうれん草の白和え(人参) * 味噌汁(キャベツ、人参、薄揚)

9月献立表(銀杏ホーム)

17 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、薄揚、葱) * 白身魚揚げ(玉葱、人参) * 茄子の揚げ浸し	17 日昼	* 親子丼(鶏肉、玉子) * 梨 * キャベツとツナのゴマドレ和え * すまし汁(エノキ、トロロ、葱)	17 日夕	* 炊込みご飯(鶏肉、椎茸、人参、薄揚) * ジャガ芋、赤天の煮物 * ビーマン玉子とじ * 豚汁(椎茸、豆腐、玉葱)
18 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ) * 和風オムレツ盛合せ(ミートボール、スナッPEndウリ) * ジャーマンポテト(玉葱、ペーコン) * ヤクルト	18 日昼	* ご飯 * 蕪玉スープ(生姜) * 焼肉(豚肉、玉葱、ビーマン、人参、モヤシ、キャベツ) * オクラと胡瓜の昆布和え	18 日夕	* ご飯 * 味噌汁(茄子、薄揚、葱) * 根菜煮(鶏肉、牛蒡、人参、蓮根) * ひじきサラダ(胡瓜、ハム、大豆)
19 日朝	* ご飯 * 豚の生姜焼き(玉葱、人参) * 旨い菜とハンパンの煮浸し * 味噌汁(じゃが芋、薄揚)	19 日昼	* キーマカレー(ミンチ、人参、玉葱、大豆) * マカロニサラダ(胡瓜、ハム、玉子) * ワカメスープ(玉葱、生姜、ゴマ) * オレンジ	19 日夕	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、麩) * 鶏の唐揚げ(レタス) * 茄子の煮物(厚揚げ)
20 日朝	* ご飯 * 海苔出汁巻き * 味噌汁(ワカメ、麩、玉子、葱) * 青梗菜と多種キノコの炒め煮(人参)	20 日昼	* チラシ寿司(錦糸卵、テンポ) * 肉団子の甘酢煮(玉葱、人参、ビーマン) * すまし汁(ハンパン、トロロ、葱) * ハナナ	20 日夕	* ご飯 * 南瓜の煮物 * 磯辺白身フライ(キャベツ) * 味噌汁(麩、玉葱)
21 日朝	* ご飯 * 鯖の塩焼き * カリフラワーのあんかけ * 味噌汁(豆腐、葱) * ヨーグルト	21 日昼	* 煮込みラーメン(モヤシ、キャベツ、人参、豚肉) * 焼売 * オレンジ * 胡瓜、ツナの酢物	21 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、シメジ) * 梅紫蘇鶏天ぷら和風あんかけ * 菜の花の中華和え
22 日朝	* ご飯 * はんぺんの含め煮 * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ、葱) * 五目煮(干瓢、蓮根、人参、牛蒡、薄揚)	22 日昼	* おはぎ(あんこ、黄粉) * ハナナ * 胡瓜とカニカマのサラダ(人参) * 味噌汁(麩、玉葱、ワカメ)	22 日夕	* ご飯 * 椎茸と大豆の旨煮 * 味噌汁(南瓜、薄揚、葱) * 鱈のおろしソース(ズッキーニ、ナス、パプリカ)
23 日朝	* ご飯 * 鯖の照焼(青梗菜の中華和え) * ぜんまい炒め煮(人参、椎茸、薄揚) * 味噌汁(豆腐、人参、玉子、葱)	23 日昼	* ご飯 * 人参しりしり(ツナ、玉子、ゴマ) * コンソメスープ(ペーコン、玉葱) * 鶏のトマト煮(玉葱、人参、じゃが芋、シメジ)	23 日夕	* ご飯 * ハムエッグフライ * 南瓜のマスタードサラダ * すまし汁(ハンパン、葱)
24 日朝	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、玉葱、葱) * 豆乳しんじょうの煮物(人参煮物添え) * 牛蒡のおかか煮	24 日昼	* ご飯 * ほうれん草のゴマ和え * 鯖の竜田揚げ(温キャベツ) * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * オレンジ	24 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、薄揚、葱) * 手作り餃子(ミンチ、玉葱、蕪) * 胡瓜酢物(ワカメ、ツナ、ゴマ)
25 日朝	* ご飯 * 味噌汁(人参、ワカメ、麩) * 豆腐ナゲットのトマトソース(スナッPEndウリ) * ジャガ芋のミルクカレー煮 * ヤクルト	25 日昼	* ご飯 * 蕪玉スープ * ハナナ * ササミのピカタ(レタス、トマト) * コールスローサラダ(キャベツ、ハム)	25 日夕	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、麩、葱) * 鮭のホイル焼き(シメジ、エノキ) * あらめ煮(人参、薄揚)
26 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、葱) * 白葱と鶏肉の柚子胡椒焼き * 旨い菜と桜エビの炒め煮	26 日昼	* ご飯 * 豚肉と茄子の煮物 * 切干大根(椎茸、人参) * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * 桃	26 日夕	* ご飯 * かき玉スープ(葱) * 八宝菜(豚肉、白菜、人参、玉葱) * 和え物(胡瓜、カニカマ、ワカメ、キャベツ)
27 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、人参、葱) * ソーセージ平天と落の煮物 * 揚げ茄子の黒酢あんかけ(人参、玉葱)	27 日昼	* ご飯 * キウイ * がんもの含め煮(椎茸、人参、インゲン) * ワカメスープ(ゴマ)	27 日夕	* ご飯 * 味噌汁(茄子、薄揚) * 子宝煮(人参、ミンチ、玉子) * キャベツの酢味噌和え(カニカマ、ゴマ)
28 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * お魚厚揚げ * ヨーグルト * カリフラワーのトマト煮	28 日昼	* 小ご飯 * キウイ * 肉うどん(牛肉、ワカメ、葱、蒲鉾) * 小松菜と薄揚げの煮物	28 日夕	* ご飯 * 鶏の照焼 * 玉葱と人参のリテー * ほうれん草とペーコンのバターリテー * 味噌汁(麩、玉葱、葱)
29 日朝	* ご飯 * きんぴら牛蒡(人参) * 枝豆しんじょうの柚子あんかけ * 味噌汁(南瓜、薄揚、葱)	29 日昼	* ご飯 * オレンジ * シチュー(鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム)	29 日夕	* ご飯 * 里芋の豆そぼろ * 鯖のゴマ味噌焼き * 葉大根の和え物(人参)
30 日朝	* ご飯 * 鱈の塩焼き * 味噌汁(じゃが芋、人参、葱) * セロリと竹輪の炒め煮(ゴマ)	30 日昼	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * 野菜炒め(豚肉、人参、玉葱、ビーマン) * ひじき煮(人参、薄揚)	30 日夕	* ご飯 * 南瓜煮 * すまし汁(トロロ、麩、葱) * かき揚げ(シーフードMIX、玉葱、ビーマン、人参)
31 日朝		31 日昼		31 日夕	