

献立表 普通食

2021年 09月の献立

社会福祉法人みやび

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
				1		2		3		4	
				防災メニュー							
				御飯(1~2歳) 五目混ぜご飯(3~5歳)	七分つき米 七分つき米:油揚げ ごぼう にんじん 干ししいたけ 板こんにゃく しょうゆ みりん 酒 塩	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	牛乳	牛乳
				さばの塩焼き	さば 塩	きのこ豚肉の 甘辛炒め	豚肉 たまねぎ えのきたけ しょうゆ きび砂糖 みりん 油	回鍋肉	豚肉 にんじん キャベツ たまねぎ ビーマン しいたけ 油 みそ きび砂糖 酒 しょうゆ みりん	パン	チーズ火腿ロール
				キャベツのゆかり あえ	キャベツ にんじん ゆかり	小松菜のツナ和 え	ごまつな にんじん ツナ水菜缶 しょうゆ	春雨サラダ	ほうろく にんじん きゅうり 酢 きび砂糖 しょうゆ ごま油	チーズ	チーズ
				ほうれんそうの みそ汁	ほうれんそう たまねぎ にんじん 絹揚げ かつお・昆布だし汁 みそ	白菜のみそ汁	ほくさい にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	中華スープ	チンゲンサイ スープ 塩	ゼリー	ゼリー
				牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳
				リッツ	クラッカー	かぼちゃもち	かぼちゃ 米粉 きび砂糖 水 油 きな粉	せんべい・小魚 クッキー	乳児せんべい(0.1) ぼりんこ(2~5) いわし 水	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
6		7		8		9		10		11	
御飯	七分つき米	ハヤシライス	七分つき米 たまねぎ しめじ にんじん グリーンピース 油 ハヤシラフ	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	牛乳	牛乳
さわらの西京焼 き	さわら みそ きび砂糖 みりん 酒 油	キャベツのツナ サラダ	キャベツ にんじん ツナ水菜缶 マヨドレ	鶏肉と大根の煮 物	鶏もも肉 だいこん にんじん 酒 みりん かつお・昆布だし汁 しょうゆ きび砂糖	豚じゃが	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しらす 干し しょうゆ みりん きび砂糖 酒 かつお・昆布だし汁	鶏肉のカレーあ んかけ	鶏もも肉 チンゲンサイ たまねぎ にんじん 葱 かつお・昆布だし汁 カレー粉 しょうゆ みりん 塩 しょうゆ 片栗粉	ピラフ	七分つき米 鶏もも肉 ミックスベジタブル(冷凍) たまねぎ 油 塩 鶏がらスープ
小松菜のおかか 和え	ごまつな にんじん かつお節 しょうゆ	ぶどう	ぶどう	小松菜の納豆あ え	ごまつな にんじん 洗きり納豆 しょうゆ	ひじきのさつぱ り和え	ひじき ツナ水菜缶 キャベツ にんじん しょうゆ 酢 きび砂糖	大根のしらす和 え	だいこん にんじん しらす干し しょうゆ	ツナサラダ	キャベツ にんじん ツナ水菜缶 マヨドレ
なすとかぼちゃ のすまし汁	かぼちゃ なす ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩			たまねぎとえの きのみそ汁	たまねぎ えのきたけ 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ	おふのみそ汁	おつゆ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	キャベツのみそ汁	キャベツ にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ	チーズ	チーズ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	煎茶	牛乳	牛乳
焼きそば	焼きそばめい キャベツ ワインナー あおりの 油 焼きそばソース	五平餅	七分つき米 もち米 水 みそ きび砂糖 みり ん	高野豆腐のココ ロ揚げ	凍り豆腐 水 きび砂糖 片栗粉 きな粉 きび 砂糖 塩 油	ジャムサンド	食パン いちごジャム	ヨーグルト・パ ナナ	ヨーグルト(加糖) パナナ	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
13		14		15		16		17		18	
御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	ロールパン	ロールパン	御飯	七分つき米	牛乳	牛乳
鮭のマヨネーズ 焼き	さけ 塩 マヨドレ ハセリ粉	ひき肉と野菜の 松風焼き風	豚ひき肉 鶏ひき肉 にんじん ねぎ しょうがが ら 塩 片栗粉 だいこん かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 片栗粉 ごまつな	まぐろの竜田揚 げ	まぐろ しょうが しょうゆ 酒 片栗粉 油	クリームシ チュー	鶏もも肉 にんじん たまねぎ じゃがいも シ チュー乳 豆乳 水 塩 油	豚肉のしぐれ煮	豚肉 ごぼう たまねぎ にんじん しいたけ しょうが きび砂糖 しょうゆ みりん 酒	パン	ミニストロベリーツイスト
大根の塩昆布和 え	だいこん にんじん 塩こんぶ	切干大根のサラ ダ	切り干しだいこん きゅうり にんじん ちくわ 油 酢 きび砂糖	ほうれん草とご まの和え物	ほうれんそう にんじん すりごま きび砂糖 しょうゆ	ブロッコリーと コーンのサラダ	ブロッコリー にんじん コーン缶 マヨドレ	ビーマンのツナ あえ	ビーマン にんじん ツナ水菜缶 すりごま きび砂糖 しょうゆ 酢	チーズ	チーズ
じゃがいもとほ うれん草のみそ 汁	じゃがいも ほうれんそう にんじん かつお・ 昆布だし汁 みそ	わかめのみそ汁	カットわかめ たまねぎ にんじん かつお・昆 布だし汁 みそ	大根とかぼちゃ のみそ汁	だいこん かぼちゃ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	梨	なし	白菜としめじの みそ汁	ほくさい しめじ 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ	ゼリー	ゼリー
お茶	煎茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	煎茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
コーンフレーク	コーンフレーク 牛乳 干し豆とう	りんごゼリー	りんご りんご濃縮果汁 粉かんてん きび砂糖	にんじんクッ キー	にんじん ホットケーキ粉 きび砂糖 油	手作りふりかけ おにぎり	七分つき米 いわし(塩干し) あおりのり ゆかり ごんぶ	ミルクパン	ミルクパン	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
20		21		22		23		24		25	
		お月見メニュー									
		御飯	七分つき米	御飯	七分つき米			御飯	七分つき米	牛乳	牛乳
		さわらの野菜あ んかけ	さわら しょうが キャベツ たまねぎ に んじん かつおだし汁 しょうゆ 酒 きび砂糖 塩 ごま油 片栗粉	鶏肉とチンゲン 菜のごま味噌煮	鶏もも肉 チンゲンサイ たまねぎ えのきたけ にんじん 油揚げ ごま みそ きび砂糖 酒 みりん			鮭のパン粉焼き	さけ 塩 パン粉 ハセリ粉 マヨドレ	豚すき丼	七分つき米 豚肉 にんじん たまねぎ ほくさい い ねぎ しょうゆ きび砂糖 塩 油
		大根と人参の甘 酢和え	だいこん にんじん 酢 きび砂糖	白菜の磯あえ	ほくさい にんじん 焼きのり しょうゆ			三色サラダ	キャベツ にんじん コーン缶 酢 きび砂糖 塩	野菜スープ	ほうれんそう にんじん しめじ 鶏がらスープ しょうゆ
		さといものみそ 汁	さといも たまねぎ しめじ ねぎ かつお・昆 布だし汁 みそ	豆腐のすまし汁	絹ごし豆腐 たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩			小松菜としめた 汁のみそ汁	ごまつな しいたけ にんじん かつお・昆布だ し汁 みそ	チーズ	チーズ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
		さつま芋団子	さつまいも 豆乳 きな粉 きび砂糖	せんべい・小魚 クッキー	乳児せんべい(0.1) ぼりんこ(2~5) いわし 水			ナポリタン	スパゲティ 와인ナー たまねぎ にんじん グチャップ 水 コンソメ	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
27		28		29		30					
御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米				
白身魚の包み焼 き	かれい 酒 塩 たまねぎ 煮ビーマン えのきた け しょうゆ しモン菜汁	鶏の唐揚げ	鶏もも肉 しょうゆ しょうが 片栗粉 酒 油	豚肉と青菜の炒 め物	豚肉 ごまつな にんじん たまねぎ しょうゆ みりん 油	鶏肉の照焼	鶏もも肉 たまねぎ にんじん 小豆粉 しょう が しょうゆ きび砂糖 みりん 片栗粉 油 酒				
チンゲン菜のど ろみ炒め	チンゲンサイ にんじん えのきたけ 油 水 鶏がらスープ 塩 片栗粉	ポテトサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり マヨドレ	大根のじゃこゆ り	だいこん にんじん しらす干し ゆかり しょう ゆ	白菜のお浸し	ほくさい しめじ にんじん しょうゆ きび砂 糖 かつお節				
かぼちゃのみそ 汁	かぼちゃ たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	野菜スープ・ゼ リー	ほうれんそう たまねぎ コーン缶 水 コン ソメ 塩 ゼリー	豆腐とかわかの みそ汁	カットわかめ 絹ごし豆腐 かつお・昆布だし汁 みそ	なすと小松菜の みそ汁	なす ごまつな にんじん かつお・昆布だし汁 みそ				
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	煎茶	牛乳	牛乳				
マシュマロリ ッツサンド	クラッカー マシュマロ	りんごケーキ	ホットケーキ粉 豆乳 りんご オリーブ油 き び砂糖 ホイップクリーム	こんぶ入りきの こおにぎり	七分つき米 しめじ しいたけ 塩こんぶ しょう ゆ	スイートポテト	さつまいも きび砂糖 オリーブ油 豆乳				

敬老の日

秋分の日

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。