


〇〇9月 献立表 〇〇

豊玉デイサービス

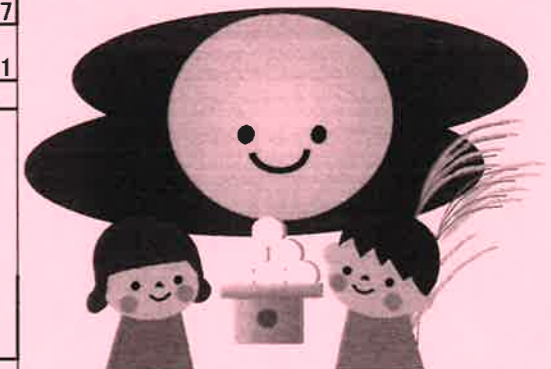
				1(木)		2(金)		3(土)	
昼食				A 魚の梅風味焼き(鯖) B 魚の焼肉だれ焼き(鯖) ご飯 味噌汁(卵・ほうれん草) もやし炒め キャベツのしそ和え カクテル缶 選択A 516 3.4 選択B 520 3	ご飯 味噌汁(南瓜、さや) チキンソーテークリームソース カリフラワーのコンソメ煮 チンゲン菜の胡麻ドレ和え 黄桃缶 503 2.7	ご飯 中華スープ(わかめ・葱) 生揚げの中華炒め ギョーザ 春雨サラダ 漬物 600 3.8			
3時				たいやき、緑茶 93 0.1	パームクーヘン、紅茶 97 0	フルーチェ、紅茶 56 0.2			
5(月)		6(火)		7(水)		8(木)		9(金)	
昼食	ご飯 すまし汁(麩・万葱) 鶏のじぶ煮 ナスの味噌炒め 白菜のゆかり和え みかん缶 エネルギー・塩分 504 2.3	きのこうどん 卵焼き 小松菜の辛子和え パイン缶 512 3.6	ご飯 味噌汁(ほうれん草・揚げ) かれいのマヨネーズ焼き ぜんまいの煮物 なめこおろし 黄桃缶 512 3.6	ご飯 味噌汁(豆腐・葱) 豚しゃぶ じゃが芋の煮物 人参の金平 漬物 489 4	A 魚の生姜焼き(さんま) B 魚の塩焼き(さんま) ご飯 味噌汁(玉葱・わかめ) ひじき煮 オクラのなめたけ和え パイン缶 選択A 595 3.5 選択B 574 3.7	ご飯 味噌汁(里芋、さや) フライ盛り(鶏・コロケ) 冬瓜のかにあんかけ ほうれん草のピーナッツ和え カクテル缶 565 2.9			
3時	クリームパン、紅茶 エネルギー・塩分 136 0.4	フルーツヨーグルト、紅茶 72 0.1	吹雪まんじゅう、緑茶 87 0	ゼリー、紅茶 73 0	シヨコラブチケーキ、紅茶 97 0	ロールケーキ、紅茶 103 0			
12(月)		13(火)		14(水)		15(木)		16(金)	
昼食	ご飯 味噌汁(卵・ほうれん草) 魚の野菜あんかけ(ます) 南瓜含め煮 白菜の生姜和え 黄桃缶 エネルギー・塩分 534 2.4	ご飯 中華スープ(キャベツ、にら) マーボー豆腐 ほうれん草とキノコ炒め もやしサラダ 漬物 571 3.4	赤飯 すまし汁(花麩、みつば) 茶碗蒸し 天ぷら 炊き合わせ 酢の物 アイスクリーム 658 3.9	赤飯 すまし汁(花麩、みつば) 茶碗蒸し 天ぷら 炊き合わせ 酢の物 アイスクリーム 658 3.9	ご飯 味噌汁(小松菜、揚げ) 豆腐ハンバーグのあんかけ さつま芋の甘煮 ブロッコリーのミモサラダ みかん缶 549 2.8	A 蒸し鶏のハンバーグソース B 鶏肉の青しそソースかけ ご飯 味噌汁(白菜、えのき) 大根の田舎煮 ピーマンのピリ辛炒め 黄桃缶 選択A 522 3.9 選択B 506 4			
3時	パンケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 87 0	フルーチェ、紅茶 56 0.2	黒糖まんじゅう、緑茶 87 0.3	黒糖まんじゅう、緑茶 87 0.3	牛乳かん、紅茶 93 0	あんぱん、緑茶 116 0.3			
19(月)		20(火)		21(水)		22(木)		23(金)	
昼食	豚丼 味噌汁(大根、かいわれ) 里芋のおかか煮 青梗菜の柚子風味和え みかん缶 エネルギー・塩分 531 3.6	ご飯 味噌汁(麩、わかめ) 魚の竜田揚げ(鯖) 白菜の炒め物 インゲンの胡麻和え 黄桃缶 552 3.1	A 鶏肉のケチャップ焼き B 鶏肉の胡麻焼き ご飯 味噌汁(ほうれん草・揚げ) 小松菜の炒め煮 カリフラワーサラダ 漬物 選択A 484 3.8 選択B 462 3.4	ご飯 味噌汁(じゃが芋、葱) 五目豆腐 金平ごぼう キャベツの昆布和え パイン缶 522 2.8	ご飯 中華スープ(春雨・万葱) 豚肉と卵の野菜炒め シューマイ ほうれん草のナムル カクテル缶 548 2.7	ご飯 すまし汁(豆腐、わかめ) 鯖の味噌煮 もやしとにらの中華炒め とろろ芋 みかん缶 542 2.7			
3時	たいやき、緑茶 エネルギー・塩分 93 0.1	プリン、紅茶 90 0	メープルブチケーキ、紅茶 97 0	ピーナッツパン、紅茶 136 0.4	ロールケーキ、紅茶 103 0	ブチドッグプレーン、紅茶 90 0.1			
26(月)		27(火)		28(水)		29(木)		30(金)	
昼食	A タラのから揚げ薬味ソースかけ B タラのから揚げきのこソースかけ ご飯 味噌汁(里芋、万葱) 切干大根の煮物 ほうれん草の磯和え カクテル缶 選択A 481 3.3 選択B 482 3.3	ひき肉カレー コンソメスープ(ほうれん草、えのき) 和風サラダ 福神漬 みかん缶 568 3.1	ご飯 味噌汁(大根、かいわれ) 親子煮 春雨のソテー インゲンのドレッシング和え パイン缶 573 3.3	ご飯 味噌汁(南瓜、葱) 豚肉の焼肉ソース 冬瓜のくずあんかけ オクラの梅肉和え 黄桃缶 490 3	ご飯 味噌汁(青梗菜、揚げ) 魚の蒲焼(鯖) 茄子のそぼろ炒め もやしとにらのお浸し 漬物 567 3.8				
3時	パンケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 87 0.2	ブチドッグプレーン、紅茶 90 0.1	たいやき、緑茶 93 0.1	パームクーヘン、紅茶 97 0	フルーチェ、紅茶 56 0.2				

敬老の日

長年釈迦に尽くした高齢者を敬い、長寿を祝うために定められた国民の休日です。1947年に兵庫県野間谷村(現多可町)が、終戦後に自信を失ったお年寄りを励ます行事を行ったことに由来します。1966年、「経路の日」の祝日が9月15日に制定された後、2003年から9月第3月曜日となりました。

菊花・栗ごはん

旧暦の9月9日(新暦10月8日前後)は「重陽の節句(別名:菊の節句)」。中国で特に縁起が良いとされる陽数(一桁の奇数)の最大値である「9」が重なるおめでたい日とされ、この日に菊の花を愛でつつ菊酒を飲むと元気に長生きできると言われています。ちょうど田畑の収穫と重なるため「栗の節句」とも呼ばれ、栗ご飯などで祝うこともあります。



* 都合により献立を変更することがあります。