



今週の献立


9月1日 ~ 9月7日



号室

様



1		9/1(日)	9/2(月)	9/3(火)	9/4(水)	9/5(木)	9/6(金)	9/7(土)	
朝食	A (和食)	7ツリ玉子の和風餡 パンプキンサラダ ご飯 みそ汁 煮豆 401kcal / 2.3g	ホッケの塩焼き フレンチサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 398kcal / 2.4g	野菜炒め コールスローサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 416kcal / 2.4g	葱入り玉子焼き ごぼうサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 417kcal / 2.6g	厚揚げ香味炒め ダイスサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 393kcal / 2.5g	はんぺんの煮物 オニオンサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 422kcal / 2.4g	目玉焼き ブロッコリーのサラダ ご飯 みそ汁 漬物 397kcal / 2.4g	
	B (洋食)	ハムチーズトースト パンプキンサラダ フルーチェ (ピーチ) コーンスープ 443kcal / 2.5g	スクランブルエッグ フレンチサラダ ごまロール 野菜ジュース 424kcal / 2.6g	クリームチャウダー コールスローサラダ レーズンパン ブルーベリーヨーグルト 453kcal / 2.4g	ウイケとエドモリのり ごぼうサラダ 食パン 野菜スープ 442kcal / 2.6g	オムレツ ダイスサラダ 胚芽ロール りんごジュース 427kcal / 2.5g	サンドイッチ (ツナ) オニオンサラダ フルーチェ (パイン) コンソメスープ 453kcal / 2.5g	野菜のカレー炒め ブロッコリーのサラダ ロールパン トマトスープ 461kcal / 2.4g	
昼食	通常食	鯖の西京焼き めかぶの和え物 切干大根煮 ゆかりご飯 清まし汁 和風餡パイ 534kcal / 2.5g	麻婆茄子 くらげのサラダ ザーサイの炒め物 ご飯 中華白湯スープ ぶどうゼリー 572kcal / 2.8g	鱈の茸餡かけ もやしの和え物 枝豆入ふんわり天煮 ご飯 清まし汁 バームクーヘン 532kcal / 2.5g	とんかつ オクラの梅和え ひじきの煮物 ご飯 みそ汁 オレンジゼリー 517kcal / 2.8g	<p>AかBどちらかを選択</p> <p>A 鱈の和風ハンバーグ ご飯 清まし汁</p> <p>B 冷やし海老天蕎麦</p> <p>~A・B共通おかず~ 菜の花のお浸し 里芋のそぼろ餡かけ 水ようかん</p> 		豚肉のオイスター炒め チョレギサラダ 木耳と豆苗の炒め物 ご飯 わかめスープ ピーチゼリー 569kcal / 2.7g	鯖の柚子胡椒焼き 春雨の甘酢和え 冬瓜と椎茸の煮物 ご飯 けんちん汁 ドーナツ 537kcal / 3.4g
	振替食	事前予約制 たぬきうどん	事前予約制 たぬきうどん	事前予約制 たぬきうどん	事前予約制 たぬきうどん			A 543kcal / 2.9g B 552kcal / 3.3g	事前予約制 たぬきうどん
夕食	A	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 青梗菜じゃこ炒め ご飯 みそ汁 530kcal / 2.4g	銀ひなのムニエル カワカ-と紫玉葱の和え物 じゃがバター炒め ご飯 コンソメスープ 571kcal / 2.8g	鶏肉の山賊焼き 大根のなます 高野豆腐の煮物 ご飯 みそ汁 511kcal / 2.8g	鱈の味醂漬焼き 隠元の和え物 薩摩揚げの炒り煮 ご飯 赤出汁 563kcal / 2.8g	筑前煮 モロヘイヤの和え物 白菜の煮浸し ご飯 みそ汁 440kcal / 2.8g	鱈のちゃんちゃん焼き風 とろろ芋 ぜんまいの煮物 麦飯 清まし汁 522kcal / 2.7g	牛しぐれ煮 刻み沢庵納豆 ほうれん草の煮浸し ご飯 みそ汁 613kcal / 2.7g	

●振替食 今週はたぬきうどんです。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分



今週の献立

9月8日 ~ 9月14日



号室



		9/8(日)	9/9(月)	9/10(火)	9/11(水)	9/12(木)	9/13(金)	9/14(土)
朝食	A (和食)	肉詰めいなりの煮物 コーンサラダ ご飯 みそ汁 漬物 415kcal / 2.4g	野菜雑炊 ひじきサラダ 煮豆 (きんとき豆) 梅びしお 373kcal / 2.5g	がんもの煮物 マカロニサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 362kcal / 2.5g	豆腐のカニ餡かけ グリーンサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 398kcal / 2.5g	肉野菜炒め ハムサラダ ご飯 みそ汁 漬物 458kcal / 2.6g	車麩の甘辛炒め たまごサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 396kcal / 2.4g	五目巾着煮 キャベツのサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 469kcal / 2.2g
	B (洋食)	男爵芋のオーブン焼き コーンサラダ ごまロール オニオンスープ 511kcal / 2.5g	ラタトゥイユ ひじきサラダ チーズパン ミルクスープ 481kcal / 2.6g	ウイパーと茸のソテー マカロニサラダ 食パン ぶどうジュース 492kcal / 2.8g	さつま芋とパプリカ炒め グリーンサラダ 胚芽ロール りんごジュース 425kcal / 2.5g	フレンチトースト ハムサラダ いちごヨーグルト コーンスープ 424kcal / 2.6g	菜の花のソテー たまごサラダ レーズンパン 野菜ジュース 430kcal / 2.8g	ホットケーキ キャベツのサラダ フルーチェ (ベリー) コンソメスープ 468kcal / 2.5g
昼食	通常食	そぼろ丼 メカブの和え物 青菜ベーコン炒め 赤出汁 抹茶ゼリー 556kcal / 3.2g	ほきのくるみ味噌焼き 白菜のおかか和え 竹輪の煮物 ご飯 清まし汁 フルーツみつ豆 544kcal / 2.8g	ビーフカレーライス パプリカのマリネ ハムと野菜のソテー コンソメスープ オレンジゼリー 558kcal / 3.5g	白身魚の幽庵焼き もやしの和え物 かぼちゃのいとこ煮 ご飯 清まし汁 人形焼き 593kcal / 2.8g	AかBどちらかを選択 A 八宝菜 ご飯 中華スープ B 味噌ラーメン 539kcal / 2.5g ~A・B共通おかず~ 山くらげの和え物 水餃子 ピーチゼリー A 558kcal / 3.5g B 538kcal / 2.9g	銀ヒラスのムニエル にんじんサラダ 茄子の炒め物 ご飯 トマトスープ カップマドレーヌ 539kcal / 2.5g	鶏のから揚げ 隠元の辛子和え 大豆と切昆布の煮物 ご飯 みそ汁 レモンゼリー 609kcal / 3.1g
		振替食	事前予約制 きつね蕎麦	事前予約制 きつね蕎麦	事前予約制 きつね蕎麦		事前予約制 きつね蕎麦	事前予約制 きつね蕎麦
	夕食	しいらの香味ソースかけ エビのサラダ 蕪と笹蒲鉾の煮物 ご飯 清まし汁 498kcal / 2.8g	鶏の塩麹焼き 大根の和風サラダ ピリ辛こんにゃく ご飯 みそ汁 572kcal / 2.8g	鯖の味噌煮 蓮根マヨサラダ 冬瓜の煮物 ご飯 みそ汁 461kcal / 2.8g	韓国風甘辛チキン 青梗菜のナムル 豆苗の炒め物 ご飯 白湯スープ 609kcal / 3.1g	鯛の甘露煮 長いもの海苔和え 切干大根の煮物 ご飯 清まし汁 474kcal / 2.9g	肉じゃが 胡瓜とワカメの酢の物 金平ごぼう ご飯 みそ汁 524kcal / 2.8g	赤魚の粕漬焼 もずく酢 薩摩揚げの甘辛炒め ご飯 清まし汁 491kcal

●振替食 今週はきつね蕎麦です。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

エネルギー / 塩分



今週の献立

9月15日

~ 9月21日



号室

様



		9/15(日)	9/16(月)	9/17(火)	9/18(水)	9/19(木)	9/20(金)	9/21(土)
朝食	A (和食)	じゃこ入り玉子焼き フレンチサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 428kcal / 2.5g	彩りつみれの含め煮 ひじきサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 412kcal / 2.5g	肉団子の甘辛煮 ダイスサラダ ご飯 みそ汁 漬物 437kcal / 2.5g	エビつみれの煮物 蒸し鶏のサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 421kcal / 2.5g	野菜と挽肉炒め パンプキンサラダ ご飯 みそ汁 漬物 432kcal / 2.5g	魚河岸揚げの煮物 レタスのサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 412kcal / 2.5g	信田煮 ごぼうサラダ ご飯 みそ汁 煮豆 447kcal / 2.6g
	B (洋食)	ミネストローネ フレンチサラダ ごまロール ヨーグルト 483kcal / 2.6g	ハットトポト&ウイナ ひじきサラダ 胚芽ロール ぶどうジュース 411kcal / 2.4g	南瓜のチーズ焼き ダイスサラダ 食パン 野菜ジュース 424cal / 2.3g	ホットケーキ 蒸し鶏のサラダ フルーチェ (みかん) コーンスープ 443kcal / 2.5g	オムレツ パンプキンサラダ レーズンパン りんごジュース 461kcal / 2.6g	サンドイッチ (ツナ) レタスのサラダ ヨーグルト 野菜スープ 461kcal / 2.5g	昔と挽肉の炒め物 ごぼうサラダ ロールパン 野菜スープ 481kcal / 2.6g
昼食	通常食	野菜とパ-ソのピラフ シーザーサラダ ミニグリルチキン コンソメスープ プリン 526kcal / 2.5g	*敬老*祝い膳 魚の揚げ焼き 茶碗蒸し (冷) 季節の野菜の煮物 赤飯 清まし汁 和菓子 639kcal / 3.2g	ほきの香味ソース 海藻サラダ がんもの含め煮 ご飯 清まし汁 ぶどうゼリー 630kcal / 3.4g	AかBどちらかを選択 A 豚肉&茸のハニーマスタードソテー ご飯 B スパゲティ ナポリタン ~A・B共通おかず~ コンソメスープ グリーンサラダ 蕪のクリーム煮 バームクーヘン	鱈の胡麻焼き 蓮根と玉葱のマヨ和え ふきと薄揚げの煮物 五目御飯 清まし汁 和風餡パイ 539kcal / 2.9g	油淋鶏 青梗菜のナムル 焼きビーフン ご飯 中華スープ フルーツ杏仁 479kcal / 2.9g	白身魚の香草パン粉焼き ハムサラダ 茄子の炒め物 ご飯 コンソメスープ いちごゼリー 662kcal / 2.9g
	振替食	事前予約制 温玉うどん	事前予約制 温玉うどん	事前予約制 温玉うどん	A 558kcal / 2.9g B 643kcal / 3.0g	事前予約制 温玉うどん	事前予約制 温玉うどん	事前予約制 温玉うどん
夕食	A	豚肉の生姜焼き 冷奴 青菜の煮浸し ご飯 みそ汁 532kcal / 2.8g	和風ハンバーグ もずく酢 笹かまの煮物 ご飯 みそ汁 499kcal / 2.8g	かに玉 中華クラゲの和え物 焼売 ご飯 白湯スープ 443kcal / 2.8g	鯖のおろし煮 旨塩キャベツ和え ミニ厚揚げの煮物 ご飯 みそ汁 511kcal / 2.8g	牛皿 胡瓜の酢の物 薩摩揚げの旨塩炒め ご飯 赤出汁 538kcal / 2.9g	鰯の煮つけ 隠元の胡麻和え 大根と竹輪の煮物 ご飯 みそ汁 479kcal / 2.7g	親子煮 もやしの和え物 卵の花 ご飯 けんちん汁 497kcal

●振替食 今週は温玉うどんです。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分



今週の献立

9月22日

～ 9月28日



号室

様



#		9/22(日)	9/23(月)	9/24(火)	9/25(水)	9/26(木)	9/27(金)	9/28(土)
朝食	A (和食)	ほぐし鮭入雑炊 オニオンサラダ 煮豆 梅びしお 392kcal / 2.3g	肉団子の照り煮 ダイスサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 438kcal / 2.5g	ごぼう巻きの煮物 シーザーサラダ ご飯 みそ汁 漬物 409kcal / 2.5g	ﾊﾞｰｼﾞｯとｷﾞｬｯｼﾞのﾌﾞﾚｯﾄﾞ ごぼうサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 438kcal / 2.7g	野菜そぼろ炒め ツナサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 455kcal / 2.5g	目玉焼き イタリアンサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 409kcal / 2.3g	鶏つくねの照り焼き 三色豆のサラダ ご飯 みそ汁 漬物 437kcal / 2.5g
	B (洋食)	野菜の豆乳煮込み オニオンサラダ チーズパン 野菜ジュース 404kcal / 2.5g	マヨコーントースト ダイスサラダ フルーチェ (いちご) コンソメスープ 452kcal / 2.6g	ラタトゥイユ シーザーサラダ ごまロール りんごジュース 464kcal / 2.6g	厚切りﾊﾞｰｼﾞｯと野菜の炒め物 ごぼうサラダ チーズパン コンソメスープ 412kcal / 2.5g	サンドイッチ (玉子) ツナサラダ フルーチェ (ベリー) コンソメスープ 422kcal / 2.8g	ジャーマンポテト イタリアンサラダ 食パン 野菜ジュース 433kcal / 2.6g	ホットケーキ 三色豆のサラダ ヨーグルト パンプキンスープ 428kcal / 2.3g
昼食	通常食	ソース焼きそば 野菜の甘酢漬け ひじきの煮物 清まし汁 人形焼き 582kcal / 3.2g	ｱｼﾞ ﾏｲﾄﾞ ﾏｲﾄﾞ ﾏｲﾄﾞ 白菜の和え物 筍の煮物 ご飯 みそ汁 メロンゼリー 623kcal / 2.9g	鶏の柚子胡椒焼き もやしと茗荷の和え物 里芋の味噌だれかけ ご飯 清まし汁 饅頭 586kcal / 2.8g	AかBどちらかを選択 A 鯖の西京焼き ご飯 清まし汁 B 肉うどん ~A・B共通おかず~ 長芋の海苔わさび和え 落と人参の煮物 フルーツみつ豆	和風ハンバーグ コーンサラダ 蓮根のピリ辛炒め ご飯 みそ汁 ドーナツ 6581kcal / 2.9g	茶蕎麦 稲荷寿司 (3個) 菜の花の辛子和え 蕪のとろみ煮 水ようかん 634kcal / 2.9g	ビーフカレーライス ハムサラダ マカロニのペロンチーノ風 コンソメスープ ぶどうゼリー 623kcal / 2.9g
	振替食	事前予約制 たぬき蕎麦	事前予約制 たぬき蕎麦	事前予約制 たぬき蕎麦		事前予約制 たぬき蕎麦 B 534kcal/ 2.9g B 594kcal/ 3.4g	事前予約制 たぬき蕎麦	事前予約制 たぬき蕎麦
夕食	A	白身魚の茸鮎かけ モロヘイヤの和え物 蒟蒻ピリ辛炒め ご飯 みそ汁 455kcal / 2.8g	豚肉のスタミナ焼き かにかまサラダ ぜんまいの炒め煮 ご飯 清まし汁 475kcal / 2.9g	赤魚の煮つけ 切干大根のサラダ 冬瓜と椎茸のとろみ煮 わかめご飯 みそ汁 483kcal / 2.9g	ニラ玉 山くらげのピリ辛和え 焼売 ご飯 中華スープ 515kcal / 2.5g	鱈のレモン風味焼き にんじんサラダ 青菜の煮浸し ご飯 けんちん汁 479kcal / 2.7g	麻婆豆腐 じゃこと水菜のサラダ 春雨の炒め物 ご飯 白湯スープ 581kcal / 2.7g	鱈の照り焼き メカブの酢の物 ミニ厚揚げの含め煮 ご飯 みそ汁 412kcal / 2.8g

●振替食 今週はたぬき蕎麦です。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます (看護師依頼に限る)

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分



今週の献立

9月24日 ~ 9月30日



号室



#		9/29(日)	9/30(月)	10/1(火)	10/2(水)	10/3(木)	10/4(金)	10/5(土)
朝食	A (和食)	枝豆と豆腐のふんわり天煮 レタスのサラダ ご飯 みそ汁 煮豆 421kcal / 2.5g	麩ーチャンブルー コールスローサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 398kcal / 2.4g					
	B (洋食)	ほうれん草とパセリのソテー レタスのサラダ レーズンパン トマトスープ 412kcal / 2.6g	ひき肉と茸の炒め物 コールスローサラダ 胚芽ロール ぶどうジュース 364kcal / 3.3g					
昼食	通常食	白身魚のおろし煮 蒸し茄子のゆず味噌炒め さつま芋の蜜煮 ご飯 清まし汁 人形焼き 486kcal / 2.5g	海老ピラフ パプリカのマリネ うずら串フライ オニオンスープ ミルクプリン 653kcal / 2.9g ※うずら串フライは 串から外し提供します					
	振替食	事前予約制 きつねうどん	事前予約制 きつねうどん					
夕食	A	豚肉スタミナ炒め ザーサイの和え物 かに焼売 ご飯 中華スープ 571kcal / 3g	赤魚の粕漬焼 いんげんの辛子和え 卵の花 ご飯 みそ汁 516kcal / 2.8g					



●振替食 今週はきつねうどんです。

●体調不良等の理由による、当日の追加は随時承ります。その際別途¥110頂きます（看護師依頼に限る）

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分