

# 9月 献立表



現場：通所リハビリテーションひかり  
 献立種類：常食（個別献立）  
 期間：2017/9/1～2017/9/29

	月	火	水	木	金
昼食					1 かやくうどん 野菜のてんぷら 三色ごま和え オレンジ エネルギー - 560kcal
	4	5	6	7	8
昼食	ごはん 豚肉のくわ焼 もやしの炒め物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 エネルギー - 556kcal	ごはん 鱈の甘味噌焼き エビの玉子とじ ブロッコリーのからし和え 清汁 エネルギー - 548kcal	ごはん 油淋鶏 麻婆春雨 小松菜の中華和え わかめスープ エネルギー - 581kcal	ごはん ミートローフ じゃがいものソテー 海藻サラダ コンソメスープ エネルギー - 585kcal	ごはん カレーの生姜煮 れん根と牛肉の炒め物 カリフラワーの甘酢和え 味噌汁 エネルギー - 552kcal
	11	12	13	14	15
昼食	<b>**敬老会**</b> 散らし寿司 田楽 長芋わさび和え 清汁 水ようかん エネルギー - 605kcal	<b>**敬老会**</b> ごはん 天ぷら盛り合わせ 炊き合わせ 焼き茄子 味噌汁 エネルギー - 567kcal	<b>**敬老会**</b> ごはん 天ぷら盛り合わせ 玉子豆腐の生姜あん 三色生酢 味噌汁 エネルギー - 566kcal	<b>**敬老会**</b> 吹き寄せ御飯 鱈の黄金焼き ほうれん草の和え物 沢煮椀 みつ豆 エネルギー - 569kcal	<b>**敬老会**</b> 栗赤飯 鰯の照焼 ささみと胡瓜の和え物 お吸い物 ぶどう エネルギー - 563kcal
	18	19	20	21	22
昼食	<b>*敬老の日*</b> 	ごはん 鶏肉の治部煮 小松菜の煮浸し 大根のしそ風味和え 味噌汁 エネルギー - 551kcal	ごはん 魚の照り焼き 茄子の味噌炒め ほうれん草の白和え 清汁 エネルギー - 552kcal	きのこのカレー 野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト エネルギー - 557kcal	ごはん 鶏肉のチーズ焼き ピーマンとじゃこの和え物 南瓜サラダ コンソメスープ エネルギー - 572kcal
	25	26	27	28	29
昼食	<b>*今月の逸品*</b> 里芋のバラずし 茶碗蒸し ほうれん草のおかか和え 赤だし 梨 エネルギー - 554kcal	ごはん 豚肉とチンゲン菜炒め 蒸しシューマイ もやしの酢の物 中華スープ エネルギー - 580kcal	ごはん 鮭の粒マスタード焼き ブロッコリーと卵の炒め物 大根サラダ コンソメスープ エネルギー - 567kcal	ごはん 秋刀魚の塩焼き 高野豆腐の含め煮 小松菜の和え物 豚汁 エネルギー - 564kcal	ごはん チキンチャップ風 れんこんの炒め煮 チンゲン菜のなめ茸和え 味噌汁 エネルギー - 554kcal

\*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。

株式会社 魚国総本社