

# 令和2年9月 予定献立表

## 常食・きざみ

	朝食	昼食	夕食
1日 (火)	ご飯 みそ汁 目玉焼き 煮ひたし ヨーグルト	<食の防災訓練> ※実際の備蓄食を召し上がっていただきます。 災害食・米飯 災害食・みそ汁缶 さんまの蒲焼缶 梅干	ご飯 鶏肉のみそ照り焼き ごま酢和え かきたま汁 芋ようかん
2日 (水)	ご飯 みそ汁 がんもどき煮 キャベツとコーンのソテー ヨーグルト	ご飯 煮魚 揚げ出し豆腐きのこあん わさび和え 果物	ご飯 豚肉の生姜焼き 三色なます みそ汁 栄養ゼリー
3日 (木)	ご飯 みそ汁 さんまおかか煮 ごま和え ヨーグルト	あんかけチャーハン 肉団子と野菜の甘酢煮 トマトきゅうりサラダ 果物	ご飯 さわらの西京漬 焼きなす みそ汁 バナナムース
4日 (金)	ご飯 みそ汁 さつま揚げ煮 きゅうりもみ ヨーグルト	焼きそば シュウマイ さつまいも甘煮 果物 牛乳	ご飯 牛じゃが もやしのナムル みそ汁 黒ゴマプリン
5日 (土)	ご飯 みそ汁 納豆 煮ひたし ヨーグルト	麦とろ 豚肉のごまみそ焼き ひじきの煮物 果物	ご飯 焼き魚(鮭) トコロテンの酢の物 みそ汁 ビタミンゼリー
6日 (日)	雑炊 五目豆 漬物 ヨーグルト	挽肉のカレー ポテトサラダ 福神漬け 果物 牛乳	ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き キャベツときゅうりの梅和え けんちん汁 ムース
7日 (月)	ご飯 みそ汁 炒り卵 菜の花シラス和え ヨーグルト	ロールパン 煮込みハンバーグ 里芋と人参煮 大根のサラダ 牛乳	ご飯 八宝菜 春雨の中華風和え みそ汁 チョコプリン
8日 (火)	ご飯 みそ汁 はんぺん煮 塩もみ ヨーグルト	かにちらしすし みそ田楽 即席漬け 果物	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 卵とうふ みそ汁 芋ようかん
9日 (水)	ご飯 みそ汁 納豆 大根おろし ヨーグルト	ご飯 豚肉煮 千切り大根の炒め煮 酢のもの ゼリー	ご飯 鮭の照り焼き ごま和え みそ汁 プリン
10日 (木)	ご飯 みそ汁 たまご焼き なすの炒め煮 ヨーグルト	ゆかりご飯 鶏肉と野菜煮 卵の炒め物 わさびマヨネーズ和え 果物	ご飯 さばの南蛮漬け キャベツの昆布和え みそ汁 きなマンジェ

食材の入荷都合により献立が変更になる場合があります。  
きざみ食の間食は、ソフト食と同じになる場合があります。

安立園特別養護老人ホーム