

## 献立表

現場：あんきの家 細畑  
献立種類：常食（個別献立 / A / B）  
期間：2024/9/1～2024/9/30

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
朝食	ご飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 ねり梅 牛乳	ご飯 味噌汁 里芋の煮物 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 麩と白栗人参の煮浸し 鯛みそ 牛乳	ロールパン 野菜スープ ポテトサラダ チョコレートクリーム 牛乳	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 大根旨煮 ねり梅 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 あじフライ しらたきのきんぴら バナナ	ご飯 味噌汁 豚肉と厚揚げの旨煮 小松菜のツナ炒め りんご	ご飯 すまし汁 タラのマヨネーズ焼き がんもの煮物 キウイフルーツ	ご飯 味噌汁 鶏肉と冬瓜の旨煮 ほうれん草のピーナツつとえ オレンジ	ご飯 すまし汁 豚肉味噌炒め なすの煮物 りんご	栗ごはん 茶碗蒸し 魚のお好み焼き風 厚揚げの煮物 バナナ	ご飯 味噌汁 親子煮 いんげんのソテー オレンジ
夕食	ご飯 すまし汁 鶏肉と大根の旨煮 さつまいも甘煮 いんげんごま和え	ご飯 ワカメスープ ぎょうざの野菜あんかけ ビーフソテー ブロッコリーの和え物	ご飯 味噌汁 チャンプルー 切干大根の煮物 金時豆	ご飯 コンソメスープ サケのムニエル 野菜炒め ブロッコリーのサラダ	ご飯 味噌汁 照り焼きチキン 里芋の煮物 白菜の香りとえ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 里芋のツナ炒め ほうれん草のおひたし プリン	ご飯 味噌汁 肉団子煮 ひじきの煮物 オクラのおろし和え バームクーヘン
朝食	8	9	10	11	12	13	14
朝食	ご飯 味噌汁 白菜とツナの煮浸し ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 がんも煮 鯛みそ 牛乳	ご飯 味噌汁 小松菜の炒め煮 のり佃煮 牛乳	ロールパン コンソメスープ スパゲティサラダ いちごジャム 牛乳	ご飯 味噌汁 えび団子煮 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白はんぺんの煮物 ねり梅 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 ふりかけ 牛乳
昼食	ご飯 コンソメスープ 豚肉トマト煮 かぼちゃサラダ りんご	ご飯 かき玉うどん ハムカツ キャベツの磯和え 洋なし	ご飯 オニオンスープ ブロッコリーのキッシュ カリフラワーのサラダ オレンジ	ご飯 味噌汁 アジの南蛮漬 じゃがいも土佐煮 りんご	ご飯 カレーライス コールスローサラダ 福神漬 ジョア フルーツポンチ	ご飯 豚汁 揚げ出し豆腐 糸こんにゃくのおしぐれ煮 キウイフルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め ポテトサラダ オレンジ
夕食	ご飯 すまし汁 サバの味噌煮 茄子炒め煮 小松菜ごま和え	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 じゃが芋の煮物 バナナ	ご飯 味噌汁 豚肉の野菜炒め さつま揚げの昆布煮 大根の酢の物	ご飯 味噌汁 筑前煮 きのこの炒め物 煮豆	ご飯 味噌汁 和風ハンバーグ 高野豆腐の煮物 バナナ	ご飯 味噌汁 他人煮 キャベツのペーコン煮 いんげんごま和え プリン	わかめご飯 味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き風 茄子の煮物 切干大根の中華和え
朝食	蒸しパン 15	もみじまんじゅう 16	アイスクリーム 17	カステラ 18	コーヒージェリー 19	シュークリーム 20	フルーチェ 21
朝食	ご飯 味噌汁 小松菜の煮浸し ねり梅 牛乳	ご飯 味噌汁 細切り昆布煮 鯛みそ 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツのツナ煮 ふりかけ 牛乳	ロールパン ミネストローネ ほうれん草ソテー ピーナツクリーム 牛乳	ご飯 味噌汁 かに風味たまご焼き のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 煮炊 ねり梅 牛乳	ご飯 味噌汁 角麩の煮付け ふりかけ 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 肉じゃが 花野菜のサラダ りんご	ご飯 赤飯 茶碗蒸し てんぷら がんもの煮物 ほうれん草のごま和え オレンジ	ご飯 味噌汁 赤魚野菜あんかけ 切干大根とハムの炒め物 キウイフルーツ	ご飯 コンソメスープ 豚のマスタード焼き カリフラワーのスープ煮 バナナ	ご飯 味噌汁 ブリの照り焼き さつまサラダ りんご	ご飯 豚丼 味噌汁 インゲンの生姜醤油和え 温泉卵 バナナ	ご飯 味噌汁 スペイン風オムレツ レンコンの煮物 オレンジ
夕食	ご飯 中華スープ 肉団子の酢豚風 かぼちゃいとこ煮 キャベツのサラダ ももゼリー	ご飯 すまし汁 豚肉白菜炒め煮 冬水餃子 ブロッコリーのおかか和え	ご飯 すまし汁 鶏肉白菜炒め煮 里芋の白味噌煮 チンゲン菜のごま和え	ご飯 すまし汁 肉味噌豆腐 こんにゃくソテー マカロニサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のクリーム煮 パプリカの甘辛炒め オクラおろし和え ドーナツ	ご飯 味噌汁 タラの漬け焼き 大根のそぼろ煮 オクラおろし和え カップケーキ	ご飯 すまし汁 豚のねぎ塩炒め 細切り昆布煮 小松菜のお浸し ココアムース
朝食	22	23	24	25	26	27	28
朝食	ご飯 味噌汁 えび団子煮 のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 里芋の煮物 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 ねり梅 牛乳	ロールパン 野菜スープ スクランブルエッグ りんごジャム 牛乳	ご飯 味噌汁 ちくわの炒め物 たけのこ 牛乳	ご飯 味噌汁 切干大根の煮付け ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 大根とはんぺんの煮物 ねり梅 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 魚のおろし煮 or 鶏おろし煮 菜花のお浸し バナナ	ご飯 味噌汁 肉豆腐 ひじき大豆 りんご	スパゲティナポリタン コンソメスープ コロケ ブロッコリーサラダ 洋なし	ご飯 味噌汁 サバの照り焼き じゃが芋の煮物 オレンジ	ご飯 味噌汁 炒り鶏 小松菜の辛子和え キウイフルーツ	きのこチャーハン わかめスープ 白身フライ ナムル マンゴー	ご飯 味噌汁 鶏肉くわ焼き 春雨サラダ りんご
夕食	ご飯 味噌汁 鶏そぼろ信田 焼きビーフン オクラおかか和え	ご飯 ワカメスープ 魚の香草パン粉焼き 春雨野菜中華煮 カリフラワーサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉味噌炒め 青梗菜の炒め煮 バナナ	ご飯 すまし汁 他人煮 なすの味噌煮 もずく酢	ご飯 味噌汁 鮭の幽庵焼き ビーフソテー 青菜とえのきのお浸し	ご飯 すまし汁 ぎょうざのおろしかけ きんぴらごぼう バナナ	ご飯 味噌汁 肉じゃが 厚揚げ野菜炒め 煮豆
朝食	おぼぎ 29	ミニクリームパン 30	バームクーヘン	カステラ	蒸しパン	フルーチェ	栗まんじゅう
朝食	ご飯 味噌汁 がんもの煮付け のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 角麩の煮付け ふりかけ 牛乳					
昼食	ご飯 味噌汁 干草焼き キャベツとウィンナーの炒め物 バナナ	ご飯 すまし汁 豚肉と厚揚げの旨煮 小松菜としめじのお浸し オレンジ					
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉ケチャップ煮 ほうれん草ソテー もやし和え プリン	ゆかりご飯 味噌汁 ポトフ かぼちゃの煮物 大根サラダ もみじまんじゅう					