

さくらの里9月予定献立表

現 場：さくらの里

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
昼食	ご飯 太刀魚の塩焼き ピーマンの味噌炒め 蕪の柚子漬け 味噌汁	ご飯 鶏肉と野菜の煮物 蕪の紫蘇の実和え 三色豆 味噌汁	ご飯 ～ハゼの天ぷら～ 蓮根金平 白花煮豆 味噌汁	五目御飯 鶏ささみの黄身焼 オクラの胡麻和え 大根の梅酢漬け 清まし汁	ご飯 ～海鮮酒蒸し～ 春雨サラダ 沢庵漬け 清まし汁
	8	9	10	11	12
昼食	ご飯 ハマチの塩麹焼き 枝豆の白和え 桜漬 味噌汁	～鶏つくね照りマヨ丼～ 春雨とベーコンの旨煮 胡瓜と玉ねぎマリネ 味噌汁	ご飯 海老とブロッコリー塩炒め 海藻サラダ 茄子の茗荷和え 清まし汁	海鮮塩焼きそば 春雨とかにの酢の物 マンゴープリン 中華風卵スープ（厨房）	きのこご飯 サワラの幽庵焼き 焼き茄子 うぐいす豆 味噌汁
	15	16	17	18	19
昼食	～敬老の日～	ご飯 ホッケの塩焼き ほうれん草ピーナツ和え 胡瓜と茗荷の即席漬け きのこ汁	～お楽しみぶっかけそば～ 冷やしそば 具材 小松菜のなめたけ和え 水ようかん（抹茶）	ご飯 千草焼き 切干大根とひじきの煮物 白菜漬け 味噌汁	ご飯 帆立のオイスター炒め 小松菜とささみのマヨ和え 蕪のレモン和え 清まし汁
	22	23	24	25	26
昼食	ご飯 豚肉と大根のオyster炒め ワカメとめかぶのお浸し 白花豆煮 清まし汁	～秋分の日御膳～ むかごご飯 精進揚げ 蕪の蟹あんかけ 胡麻豆腐（柚子味噌） 味噌汁	ご飯 焼売 青梗菜と海老の炒め物 伴三スウ ターサイと長芋のスープ	ご飯 カレイのみぞれ煮 ひじきサラダ 桜漬 味噌汁	ご飯 牛肉と野菜のトマト煮 パプリカソテー フレンチサラダ アップル&キャロットジュース
	29	30			
昼食	栗ご飯 カレイの山椒煮 春雨の酢の物 蕪のサラダ 味噌汁	ご飯 牛肉と厚揚げの炒め 里芋のずんだ和え 野沢菜漬け 味噌汁			