



# 献立表

慶和会 花いちもんめ  
2021/9/1~2021/9/30

★新メニュー

	日	月	火	水	木	金	土
昼食				御飯 魚のムニエル ごまドレサラダ しそ昆布 みそ汁	御飯 鶏肉の唐揚げ 葉味ソース 袖香和え 漬物 みそ汁	御飯 魚の味噌照り焼き(ぶり) ポテトサラダ ふりかけ すまし汁	牛丼 キャベツの酢の物 みそ汁
				エネルギー 593kcal 蛋白質 24.4g 脂質 18.1g 食塩 2.6g	エネルギー 543kcal 蛋白質 21.4g 脂質 10.8g 食塩 3.6g	エネルギー 688kcal 蛋白質 27.8g 脂質 21.4g 食塩 4.2g	エネルギー 544kcal 蛋白質 25.6g 脂質 9g 食塩 3.2g
デザート	ラフランスゼリー	ドームケーキ(こしあん)	栗まんじゅう	ブルーチェ(いちご)			
昼食	御飯 煮魚(赤魚) なめ茸和え 煮豆 みそ汁	★冷やしとろ玉うどん なすのエビはさみ揚げ オレンジ	ちらしずし ★舞茸と豆腐のしんじょ すまし汁	ハヤシライス グリーンサラダ 白菜スープ	御飯 焼魚(ほっけ) ポテト金平 白菜づけ みそ汁	さつま芋御飯 鶏もも肉の甘辛煮 菜果なます 漬物 みそ汁	御飯 フィッシュ南蛮 おかか和え 漬物 みそ汁
	エネルギー 502kcal 蛋白質 20.5g 脂質 4.3g 食塩 2.7g	エネルギー 461kcal 蛋白質 21.9g 脂質 12.4g 食塩 4.3g	エネルギー 562kcal 蛋白質 18.4g 脂質 9.2g 食塩 4.2g	エネルギー 567kcal 蛋白質 17.5g 脂質 15.2g 食塩 3.8g	エネルギー 551kcal 蛋白質 22.1g 脂質 15.2g 食塩 5g	エネルギー 532kcal 蛋白質 22.5g 脂質 9.6g 食塩 4.6g	エネルギー 611kcal 蛋白質 23.5g 脂質 20.8g 食塩 3.4g
デザート	ミニたい焼き	ブッセ(バニラ)	みかんゼリー	アロエヨーグルト	バニラアイス	プリン	わらび餅
昼食	御飯 ★肉団子の春雨入り麻婆煮 レモン和え 漬物 みそ汁	御飯 炒り鶏 卵豆腐のかにあんかけ 梅干し みそ汁	御飯 幽庵焼き(鯖) かぼちゃの甘煮 白菜づけ みそ汁	麦ご飯 鶏肉のみそ焼き とろろ 漬物 すいとん汁	チャーハン スープギョウザ 杏仁フルーツ	御飯 揚げ魚のおろし煮(赤魚) ジャーマンポテト 漬物 みそ汁	石巻やきそば フルーツヨーグルト 五目スープ
	エネルギー 624kcal 蛋白質 17.6g 脂質 8.2g 食塩 5g	エネルギー 529kcal 蛋白質 23.1g 脂質 10.8g 食塩 4.2g	エネルギー 554kcal 蛋白質 23.2g 脂質 12.6g 食塩 3.3g	エネルギー 606kcal 蛋白質 22.6g 脂質 12.7g 食塩 2.5g	エネルギー 533kcal 蛋白質 15.7g 脂質 11.6g 食塩 3.6g	エネルギー 591kcal 蛋白質 21.2g 脂質 16.7g 食塩 2.8g	エネルギー 610kcal 蛋白質 23.9g 脂質 17.6g 食塩 3.3g
デザート	ピーチゼリー	エッグタルト	エッグタルト	カステラ	カステラ	ロールケーキ	ロールケーキ
昼食	御飯 豚肉の生姜焼き 春雨の酢物 ふりかけ みそ汁	行事食(敬老の日) 赤飯 魚の照り焼き(赤魚) 茶わん蒸し くるみ和え 果物 すまし汁	味噌ラーメン 蒸ししゅうまい オレンジ	御飯 かれいの煮付け 白和え 漬物 みそ汁	行事食(お彼岸) おはぎ 信田煮 山吹和え おくずかけ	チキンカレー レタスとパインのサラダ 春雨スープ	御飯 八宝菜 パンプキンサラダ しそ味ひじき みそ汁
	エネルギー 544kcal 蛋白質 17g 脂質 14.6g 食塩 2.6g	エネルギー 629kcal 蛋白質 29.2g 脂質 13.8g 食塩 4.3g	エネルギー 525kcal 蛋白質 20.9g 脂質 18.3g 食塩 7g	エネルギー 538kcal 蛋白質 27.6g 脂質 9.9g 食塩 3.6g	エネルギー 532kcal 蛋白質 21.3g 脂質 9.2g 食塩 3.3g	エネルギー 599kcal 蛋白質 14.5g 脂質 15.4g 食塩 4.5g	エネルギー 584kcal 蛋白質 21.7g 脂質 13.1g 食塩 4.5g
デザート	ブッセ(チョコ)	プチケーキ	ドームケーキ(カスタード)	バニラアイス	フルーチェ(ピーチ)	ハウムクーヘン	りんごゼリー
昼食	御飯 クリームシチュー チーズはんぺんフライ オレンジ	おにぎり(みそ・菜めし) 盛り合わせ お浸し 漬物 きのこと汁	生姜ご飯 鶏肉の黒酢照り焼き ピーナッツ和え 漬物 みそ汁	油麩井 お浸し フルーツ缶詰 豚汁	御飯 豚肉のブルコギ風 コールスローサラダ 漬物 みそ汁		
	エネルギー 654kcal 蛋白質 23.1g 脂質 15.7g 食塩 3.2g	エネルギー 466kcal 蛋白質 13.2g 脂質 9.9g 食塩 3.4g	エネルギー 538kcal 蛋白質 23.8g 脂質 11.5g 食塩 3.9g	エネルギー 520kcal 蛋白質 19.2g 脂質 9.5g 食塩 3.2g	エネルギー 574kcal 蛋白質 19.5g 脂質 18g 食塩 3.3g		
デザート	水ようかん	ストロベリーヨーグルト	栗のムース	もみじまんじゅう	カクテルゼリー		

※仕入れの状況により、メニューが変更になる場合があります。

