

暖暖の里 献立表



(株)ミツイ フードサービス部



	9月1日(金)	9月2日(土)	9月3日(日)
	もやしとベーコンのソテー タマゴサラダ パン ジャム コーンスープ 牛乳	豚肉と豆腐の旨煮 胡瓜の醤油漬け ふりかけ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	竹輪と里芋の煮物 海苔佃煮 梅干し ご飯 味噌汁 乳酸飲料
	鱈の煮付 ピーマンと人参の味噌炒め マカロニサラダ ご飯 味噌汁 デザート	鶏の照焼き さつま芋の煮物 トマトのマリネ ご飯 清まし汁 デザート	卵丼 長芋のキムチ和え 味噌汁 プリン
	豆腐のそぼろあん包み 白菜の卵とじ 茄子のごま和え ご飯 清まし汁	メヌケの煮付 かぼちゃサラダ ほうれん草のナムル ご飯 味噌汁	肉じゃがコロック 茄子の煮浸し ブロッコリーサラダ ご飯 清まし汁
	9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)
朝	ハムエッグ 味付け海苔 なす漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ウインターソテー 納豆 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ほうれん草とベーコン炒め 昆布佃煮 卵焼き ご飯 味噌汁 ヨーグルト
昼	鶏チリソース もやしナムル 南瓜とチーズのサラダ ご飯 清まし汁 デザート	赤魚の西京焼き 冬瓜と高野豆腐の煮物 わかめのお浸し ご飯 味噌汁 デザート	ロールキャベツのシチュー ツナポテト スパゲティサラダ ロールパン デザート
夕	鱈の塩焼き 筑前煮 大根と韓国海苔のサラダ ご飯 味噌汁	照焼きハンバーグ 里芋の味噌煮 オクラ納豆 ご飯 清まし汁	マグロ漬け丼 ほうれん草のお浸し 素麺汁 デザート
	9月8日(金)	9月9日(土)	9月10日(日)
	ミニオムレツ ブロッコリーお浸し あみ佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	豚バラと糸こんにの煮物 ふりかけ 赤胡瓜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ハムソテー スクランブルエッグ パン ジャム 野菜スープ 牛乳
	チーズ入りデミハンバーグ 里芋のバター煮 春雨の酢の物 ご飯 清まし汁 デザート	鱈のｶｰﾌﾞ ｽｷﾞ焼 ｲｸﾗと車麩の煮物 もやしナムル ご飯 味噌汁 デザート	とろろ蕎麦 五目いなり 横濱 フルーチェ
	金目鯛の西京焼き 舞茸の甘辛炒め 冷奴 わかめご飯 味噌汁	肉豆腐 リンゴ入りおろしなます 金時豆 ご飯 清まし汁	秋刀魚塩焼き 厚揚げと大根の煮物 焼き茄子 ご飯 味噌汁
	9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)
朝	はんぺんの卵とじ 海苔佃煮 青胡瓜漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	玉ねぎとマグロの煮物 しらすおろし 梅干し ご飯 味噌汁 乳酸飲料	大根そぼろ煮 ふりかけ 笹かまの山葵醤油和え ご飯 味噌汁 ヨーグルト
昼	鱈の煮付 茄子のごま酢和え キャベツと油揚げ煮 ご飯 味噌汁 デザート	親子丼 かぼちゃのごま和え 小松菜ナムル 清まし汁 デザート	鱈の南蛮漬け ブロッコリーのｲｽﾀｰ炒め トマトサラダ ご飯 味噌汁 デザート
夕	ハヤシライス ポテトサラダ わかめスープ デザート	メバルの梅肉ソース 茄子の肉味噌和え ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁	鶏と大根と栗の旨煮 きゅうりの塩麹漬け 冷奴 ご飯 清まし汁
	9月14日(木)	9月15日(金)	9月16日(土)
	がんもの含め煮 納豆 赤胡瓜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ほうれん草とベーコンのソテー 高菜ちりめん 梅干し ご飯 味噌汁 ヨーグルト	目玉焼き なめ茸 青胡瓜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料
	ポークカレー コーンサラダ 野菜スープ フルーツヨーグルト	秋刀魚の黒胡椒焼き チンゲン菜の中華炒め 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート	鶏とごぼうの柔らか煮 ポテトコロック 人参とツナのサラダ ご飯 清まし汁 デザート
	赤魚の漬け焼き ひじき煮 マカロニサラダ ご飯 味噌汁	塩麻婆丼 里芋田楽 刻み大根漬け 清まし汁	白身魚のフリッター ピーマンの塩昆布和え 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁
	9月17日(日)	9月18日(月)	9月19日(火)
朝	リーゼットの葱醤油炒め 卵焼き あみ佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	厚揚げのおろし煮 納豆 桜漬 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	いんげんと油麩の煮物 ポイルトウナー 刻み大根漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト
昼	肉味噌温麺 海鮮焼売 若布サラダ コーヒーゼリー	～敬老祝い膳～ 巻き寿司 鶏の利休焼き 茶碗蒸し 焼小茄子煮浸し 紅白なます 松茸吸物 デザート	鮭の味噌マヨ焼き 南瓜のいとこ煮 竹輪とれん草の生姜醤油 ご飯 味噌汁 デザート
夕	いなり煮 ひき菜炒り ゆで卵の甘酢あん シラスご飯 清まし汁	刺身盛り合わせ 小松菜のﾄﾞﾏ和え ご飯 味噌汁 デザート	肉じゃが めかぶの酢の物 茄子漬 ご飯 清まし汁
	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)
朝	ツナもやし炒め 温泉卵 味付け海苔 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	茄子の味噌炒め ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｲｸﾞ 昆布佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ハムエッグ 切干大根煮 赤胡瓜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料
昼	肉団子の甘酢あんかけ 揚げ茄子のごま醤油 キャベツと糸こんにの煮物 ご飯 清まし汁 デザート	鱈とれん草のｸﾘｰﾑ煮 きんぴらごぼう きゅうりとｶﾞﾈの酢の物 ご飯 味噌汁 デザート	チキンカレー トマトサラダ 人参ポタージュ キウイヨーグルト
夕	しらすの卵とじ丼 舞茸のすんだ和え しば漬け 味噌汁	焼餃子 じゃが芋のカレー煮 ブロッコリーのおかか和え 清まし汁	鱈の味噌煮 野菜とベーコンの旨煮 金時豆 ご飯 味噌汁
	9月23日(土)	9月24日(日)	9月25日(月)
朝	じゃが芋とベーコンのｺｯﾌﾟﾙ煮 タマゴサラダ パン ジャム 野菜スープ 牛乳	きつねうどん かやくご飯 漬物 洋梨のコンポート	高野豆腐の卵とじ なめ茸 梅干し ご飯 味噌汁 乳酸飲料
昼	さつま芋のバター煮 タマゴサラダ わかめスープ デザート	鮭塩焼き 大根おろし ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 ヨーグルト	鮭の南蛮漬け じゃが芋のカレー煮 ほうれん草の白和え ご飯 清まし汁 デザート
夕	甘鯛の西京焼き 筍の中華炒め ハムと大根のサラダ ご飯 味噌汁	豚トマライス さつま芋のバター煮 タマゴサラダ わかめスープ デザート	野菜あんかけオムレツ 青梗菜のｲｽﾀｰ炒め ｽｽﾊﾟゲﾃﾞｰサラダ ご飯 清まし汁
	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)
朝	はんぺんと薩摩揚げ煮 鱈おろし和え ふりかけ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ミートボール 納豆 胡瓜の生姜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ミニオムレツ ポイルトウナー 冷奴 ご飯 味噌汁 ヨーグルト
昼	松風焼き 大根と油麩の煮物 さつま芋のみたらしあん ご飯 味噌汁 デザート	フリの煮付 里芋のすんだ和え マカロニサラダ ご飯 清まし汁 デザート	鶏と玉ねぎのﾄｯﾎﾟ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのおかかﾗﾀﾞ 長芋の海苔和え ご飯 清まし汁 デザート
夕	ホッケの塩焼き 鶏の八幡巻 ほうれん草の海苔和え ご飯 味噌汁	メンチカツ 切干大根煮 卵豆腐 ご飯 清まし汁	カレイの煮付 肉焼売 ﾗﾀｽとｺｰﾝのﾗﾀﾞ ご飯 味噌汁
	9月29日(金)	9月30日(土)	
朝	厚揚げの煮物 温泉卵 シラスおろし ご飯 味噌汁 乳酸飲料	鮭塩焼き 大根おろし ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 ヨーグルト	
昼	赤魚の煮付 じゃが芋とベーコンのｺｯﾌﾟﾙ煮 オクラの生姜マリネ ご飯 味噌汁 デザート	豚トマライス さつま芋のバター煮 タマゴサラダ わかめスープ デザート	
夕	ハムカツ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｶﾞﾈのﾗﾀﾞ きんぴらごぼう 清まし汁	甘鯛の西京焼き 筍の中華炒め ハムと大根のサラダ ご飯 味噌汁	

食材の入荷状況等により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

