



9月 献立表



現場：通所リハビリテーションひかり
 献立種類：常食（個別献立）
 期間：2014/9/1～2014/9/30

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
昼食	ドライカレー グリーンサラダ コンソメスープ 福神漬 フルーツヨーグルト	ごはん 鱈の南蛮漬け 五目豆 白菜の磯和え 味噌汁	ごはん 豆腐とえびの中華あん煮 蒸しシューマイ 大根サラダ スープ	ごはん 鶏肉のパン粉焼き ブロッコリーと卵の炒め物 南瓜サラダ コンソメスープ	かやくうどん 厚揚げののりマヨ焼き 三色ごま和え バナナ 
	エネルギー - 600kcal	エネルギー - 562kcal	エネルギー - 603kcal	エネルギー - 544kcal	エネルギー - 567kcal
	8	9	10	11	12
昼食	ごはん  秋刀魚の塩焼き 高野豆腐の含め煮 小松菜の和え物 豚汁	ごはん 和風ポークステーキ 南瓜の煮物 ブロッコリーのごま和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の照焼き がんもの含め煮 もやしの酢の物 味噌汁	ごはん いとよりの煮つけ きんぴら大豆 ほうれん草の胡麻マヨ和え 味噌汁	散らし寿司 揚げ出し豆腐 青菜のくるみ和え 清汁 フルーツカクテル
	エネルギー - 574kcal	エネルギー - 617kcal	エネルギー - 550kcal	エネルギー - 552kcal	エネルギー - 541kcal
	15	16	17	18	19
昼食	敬老の日 	**敬老会** 栗赤飯 鱈の照焼 ほうれん草の菊花和え お吸い物 ぶどう	**敬老会** ごはん 天ぷら実演 炊き合わせ 焼き茄子 味噌汁	**敬老会** ごはん 天ぷら実演 玉子豆腐の生姜あん もやしの酢の物 味噌汁	**敬老会** 吹き寄せ御飯 鯖のおろし煮 ささみと胡瓜の和え物 沢煮椀 梨
		エネルギー - 557kcal	エネルギー - 608kcal	エネルギー - 563kcal	エネルギー - 561kcal
	22	23	24	25	26
昼食	ごはん 豚肉のくわ焼 もやしの炒め物 カラワケの胡麻ドレ和え 味噌汁	秋分の日 	ごはん 鱈の甘味噌焼き にらの玉子とじ ブロッコリーのからし和え 清汁	*郷土料理(香川)* なすそうめん 鶏肉と野菜の揚げ浸し 白菜の酢の物 バナナ	ポークカレー 水菜とじゃこのサラダ コンソメスープ 福神漬  オレンジ
	エネルギー - 554kcal		エネルギー - 551kcal	エネルギー - 580kcal	エネルギー - 619kcal
	29	30			
昼食	ごはん ホッケの蒲焼風 れん根と牛肉の炒め物 ブロッコリーの和え物 味噌汁	ごはん 油淋鶏 麻婆春雨 茄子の生姜和え 中華風オニオンスープ			
	エネルギー - 557kcal	エネルギー - 557kcal			

*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。(株)魚国総本社中四国支社