

24年9月 山ユニット 献立表

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|---|--|---|--|--|---|---|--|
| | | | | | | 1 | 2 |
| 朝 | | | | | | ・ご飯・みそ汁・ウインナー炒め・南瓜・豆・長芋 | ・ご飯・みそ汁・鮭焼き・煮豆・しゅうまい・イカ塩辛 |
| 昼 | | | | | | ・ご飯・みそ汁・豚肉生姜焼き・筑前煮・たくあん | ・ご飯・みそ汁・ハンバーグ・春巻き・ハッシュドポテト・刺身こんにゃくの酢味噌和え・漬物 |
| 夕 | | | | | | ・たけのこご飯・はたはた汁・タラモサラダ・ナスひき肉でんがく | ／ご飯・みそ汁・魚・シーチキンサラダ・ナスの甘酢かけ・トマト |
| | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 朝 | ・ご飯・みそ汁・あんかけ餃子・タラコ巻き玉子焼き・練数の子 | ・ご飯・みそ汁・目玉焼き・ポテトサラダ・黒豆・五目きんぴら | ・ご飯・みそ汁・もやし玉子とじ・水菜とツナのポン酢和え・煮豆 | ・ご飯・みそ汁・根菜サラダ・バナナ・ししゃも・納豆 | ・ご飯・みそ汁・天カマ・ハムエッグ・鮭焼き・煮豆 | ・ご飯・みそ汁・サバ味噌煮・大根の煮物・牛蒡サラダ | ・ご飯・みそ汁・ポローニアソーセージ・ミートボール・キュウリモやしのサラダ・煮豆 |
| 昼 | ・山菜おこわ・みそ汁・かぼちゃ天ぷら・温野菜サラダ | ・カレーライス・みそ汁・水菜サラダ・こんにゃくサラダ・バナナ | ・ご飯・みそ汁・かぼちゃサラダ・ナス揚げ | ・ご飯・みそ汁・和風おろしハンバーグ・グリーンアスパラ・ほうれん草の白和え・柿 | ・ご飯・みそ汁・天カマ・ハムエッグ・鮭焼き・煮豆 | ・ご飯・みそ汁・カツ玉子とじ・ごま風味生野菜サラダ・昆布佃煮 | ・ご飯・みそ汁・ちくわ炒め・肉と野菜炒め・梨 |
| 夕 | ・親子丼・わかめスープ・ピーマンのお浸し・牛蒡サラダ | ・ご飯・みそ汁・鶏肉のピカタ・里芋の煮物・マカロニサラダ | ・ご飯・みそ汁・とうふサラダ・大根と鶏肉の煮物・イカとエリンギのバター炒め | ・ご飯・みそ汁・鮭ホイル焼き・かぼちゃ煮・きゅうりとおかかの和え物 | ・栗ごはん・みそ汁・しゃぶしゃぶサラダ・エビとブロッコリーのマヨサラダ・梨のコンポート | ・ご飯・みそ汁・マカロニ玉子サラダ・揚げだし豆腐・紅鮭・カニカマ酢の物・バナナ | ・ご飯・蕎麦・ポテトサラダ・おくら昆布和え・サンマとホーレンソウの和え |
| | 19 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 朝 | ・ご飯・みそ汁・ソーセージトマトサンド・ひき肉と白滝のすき焼き風・変わり豆腐・梨・ぶどう | ・ご飯・みそ汁・ししゃも・てんかまと山菜の煮物・鶏肉とチンゲン菜のクリーム煮 | ・ご飯・みそ汁・ミートボール・スクランブルエッグ・煮豆・牛蒡サラダ | ・ご飯・みそ汁・ウインナーとピーマン炒め・煮豆・漬物 | ・ご飯・みそ汁・焼きサバ・ほっきサラダ・玉子焼き・漬物 | ・ご飯・みそ汁・塩さば・ミートボール・煮豆・きゅうりハムの胡麻サラダ | ・鮭雑炊・みそ汁・焼き豚ハム・生春巻き・黄桃 |
| 昼 | ・ご飯・みそ汁・いか大根・ロールキャベツ・かぼちゃサラダ | ・ナポリタン・きのこ玉子スープ・さんまとピーマンの和え物・桃 | ・彩冷やしそめん・南瓜含め煮・揚げなすの味噌炒め・いなり寿司 | ・なすとひき肉のカレーライス・マカロニ玉子サラダ・オニオンスープ・フルーツ | ・ご飯・けんちん汁・しょうが焼き・レタストマト添え・水菜とシーチキンサラダ・漬物 | ・2色そぼろ丼・みそ汁・かぶと人参の煮物・竹輪とゴボウの胡麻炒め・長いもの酢の物 | ・ご飯・みそ汁・棒棒鶏風サラダ・ほうれん草と人参の白和え・真たら南蛮漬け風・梨ヨーグルト |
| 夕 | ・ご飯・みそ汁・白身魚フライ・揚げぎょうざ・きゅうり酢のもの・ゆばの煮物・しいたけバター焼き | ・ご飯・みそ汁・チーズハンバーグ・人参グラッセ・パイン添え・さつま芋と水菜サラダ・漬物 | ・ご飯・みそ汁・豚肉と竹の子のキムチ炒め・鮭の甘酢あんかけ・フルーツポンチ・青菜 | ・ご飯・みそ汁・わらび竹輪の土佐煮・さんま煮付・梅きゅうり | ・ご飯・みそ汁・ささげの胡麻和え・かぼちゃのムース・茶わん蒸し | ・カレーライス・もやしスープ・水菜シーチキンのポン酢和え | ・ご飯・つみれ汁・手羽元と大根のさばり煮・マカロニサラダ・にしん漬け |
| | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 朝 | ・ご飯・みそ汁・ウインナー炒め・焼きピーマン・刺身こんにゃく | ・ご飯・みそ汁・水ぎょうざ・マーボー豆腐・春雨 | ・ご飯・みそ汁・厚焼き卵・ウインナー・チーズシューマイ・ミートボール・煮豆 | ・ご飯・みそ汁・焼き魚・黄桃・らっきょうぎょうざ | ・栗ごはん・みそ汁・焼き魚・だし巻き玉子・温野菜のステックサラダ・梨 | ・ごはん・みそ汁・目玉焼き・筑前煮・根菜サラダ・黒豆 | ・ご飯・みそ汁・なつとう・長芋サラダ・中華春雨・フルーツ |
| 昼 | ・ご飯・みそ汁・鮭西京焼き・麻婆チキン・白桃 | ・ご飯・ワカメスープ・白身魚フライ・野菜添え・うにみそ・栗豆腐・バナナ | ・焼きそば・マーボーなす・野菜スープ・バナナヨーグルト | ・ご飯・みそ汁・酢豚・きゅうりとわかめの酢の物・かぼちゃとささげの物・りんご・梨 | ・ピラフ・きのこスープ・ポテトサラダ・春巻き・果物 | ・冷麦・エビとマカロニのクリームサラダ・長芋と豚肉の炒め・梨 | ・ミートスパゲティ・和風カブリチョウザ・南瓜スープ・フルーツ |
| 夕 | ・ご飯・みそ汁・山賊焼き・春雨ときのこのゆず風味・牛蒡サラダ・梨 | ・ご飯・みそ汁・肉じゃが・柿なます・切干大根金平風 | ・ご飯・肉だんごスープ・鶏大根・レンコンサラダ・フルーツミックス | ・ご飯・みそ汁・鶏肉マヨネーズ焼き・長芋サラダ・ほうれん草ときのこの和え物 | ・ご飯・クリームシチュー・ふきとさつま揚げの煮物・アスパラマトの胡麻和え | ・ご飯・みそ汁・鶏肉の塩こしょう炒め・かぼちゃの煮物・おくらとろろ・らっきょう | ・シーフードピラフ・玉子スープ・野菜サラダ・ポークソテー・粉ふき芋 |
| | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 朝 | ・ご飯・みそ汁・鮭ムニエル・水菜とツナポン酢・煮豆 | ・ご飯・中華スープ・鮭焼き・豆腐のあんかけ・イカわさび漬け | ・ご飯・みそ汁・厚焼き卵・なめたけ和え・煮豆 | ・ご飯・みそ汁・赤魚のかす漬け・ゴーヤチヤンブル・オクラとえのきの和え物 | ・ご飯・みそ汁・目玉焼き・ウインナー・ベーコン炒め | ・ご飯・みそ汁・炒り卵・ソーセージロール・ミートボール・マーボー春雨 | ・ご飯・みそ汁・ムツ西京漬け・ナス味噌炒め・うま煮 |
| 昼 | ・ご飯・みそ汁・カレー煮付・揚げだし豆腐・ホーレンソウとナメタケ和え・フルーツチェフルーツ | ・ご飯・みそ汁・サバ味噌煮・かぼちゃサラダ・ピーマンとひき肉のあんかけ | ・ご飯・スープ・ホイコーロ・マカロニサラダ・里芋と竹輪煮・フルーツ | ・スパゲティ・玉子スープ・白菜サラダ・イチゴヨーグルト | ・豚丼・みそ汁・柿ときゅうりの酢物・味噌おでん・バナナ | ・ご飯・みそ汁・もずく酢・貝たくさん煮の煮物・塩さば・漬物 | ・ご飯・味噌汁・ジンギスカン・水菜とシーチキンのごまドレ・パイン |
| 夕 | ・トマトシチュー・ご飯・バジルソーセージ・エリンギとブロッコリーのソテー・玉子ディップ | ・ご飯・みそ汁・きのこハンバーグ・粉ふき芋・野菜添え・きゅうりの酢の物・柿 | ・ご飯・すりみ汁・ナス素揚げ・ポテトサラダ・切干大根の煮物 | ・ご飯・みそ汁・豚肉ソース焼き・麻婆茄子・酢の物 | ・シーフードカレー・吸い物・茹で卵・トマトサラダ・梨 | ・ご飯・みそ汁・ミニミニさつまいもコロケ野菜添え・ミカン・天カマ入りきんぴらごぼう・梨 | ・ご飯・みそ汁・豚すき焼き・温泉玉子・リンゴチーズ・茶そばとおくらのつみれ汁 |