

# 月間予定献立表

- 9月 -

栄養士 柴村 有紀

| 月   | 火   | 水   | 木  | 金   |   |  |   |   |  |
|---|---|---|--|---|---|--|---|---|--|
|  | <b>3 牛乳</b><br>甘口カレーライス<br>野菜スープ<br>プリン   | 牛乳、小麦粉、にんにく<br>豚肉、米、しょうが、たまご<br>にんじん、バター、たまねぎ<br>じゃがいも、キャベツ<br>もやし(かぶ)、りんご缶<br>メープルシロップ   | <b>4 牛乳</b><br>ごはん<br>味噌汁<br>いわしバーグ<br>おかか和え   | 牛乳、米、にんじん、白菜<br>だいこん(かぶ)、ごぼう<br>ねぎ(たまねぎ)、いわし<br>豚肉、たまご(×)、小松菜<br>デミグラスソース、キャベツ<br>トマトケチャップ、鰹節(×)<br>パン粉(×)  | <b>5 牛乳</b><br>わかめ菜飯<br>すまし汁<br>冬瓜のかきたま<br>さつま芋のごま団子  | 牛乳、米、ごま(練りごま)<br>たまねぎ、小松菜、にんじん<br>冬瓜、たまご、えだまめ<br>鶏肉、さつま芋、油<br>白玉粉(×)<br>わかめごはんの葉(わかめ)                        | <b>6 牛乳</b><br>ごはん<br>中華風味噌汁<br>豆腐のチャンプルー<br>梨の杏仁豆腐   | 牛乳、米、油、しょうが<br>にんにく、豚肉、にんじん<br>たまねぎ、もやし(かぶ)<br>ツナ、ぶなしめじ(ブナピー)<br>梨、パイン缶、黄桃缶<br>アーモンドエッセンス<br>生揚げ(豆腐)                              |  |
|   | <b>9 牛乳</b><br>ベーコンピラフ<br>野菜スープ<br>レバーとじゃがいもの揚げ煮<br>ぶどうゼリーホイップ添え  | 牛乳、米、バター、ベーコン<br>たまねぎ、にんじん、油<br>コーン、グリーンピース<br>もやし(かぶ)、レバー<br>しょうが、でんぶん<br>ぶどうジュース、生クリーム<br>キャベツ、じゃがいも                                    | <b>10 牛乳</b><br>ごはん<br>しょうが汁<br>肉豆腐<br>ゆかり和え   | 牛乳、米、にんじん、白菜<br>ねぎ(たまねぎ)、しょうが<br>油、豚肉、生揚げ(豆腐)<br>でんぶん、キャベツ、ゆかり<br>小松菜、鰹節(×)   | <b>11 牛乳</b><br>パセリライス<br>肉団子のスープ煮<br>タルトサルダ<br>紅茶ゼリー   | 牛乳、米、パセリ、鶏肉<br>でんぶん、パン粉、しょうが<br>たまねぎ、にんじん、白菜<br>だいこん(かぶ)、トマト<br>きゅうり、キャベツ、ピクルス<br>マヨネーズ、たまご、レモン<br>紅茶、はちみつ   | <b>12 牛乳</b><br>ごはん<br>沢煮わん<br>あじの松風焼き<br>じゃがいも梅おかか和え<br>巨峰   | 牛乳、米、ごぼう、にんじん<br>だいこん(かぶ)、あじ<br>ねぎ(たまねぎ)、干し椎茸<br>たまねぎ、豆腐、鶏肉<br>パン粉(×)、たまご(×)<br>ごま(練りごま)、じゃがいも<br>小松菜、梅干し、鰹節(×)<br>巨峰             | <b>13 牛乳</b><br>ごはん<br>中華スープ<br>シューマイ<br>中華ツナサラダ   |
| <b>敬老の日で<br/>お休みです</b>  | <b>17 牛乳</b><br>きのごバターごはん<br>豚汁<br>和風トマトサラダ<br>フルーツゼリー和え秋   | 牛乳、米、にんにく、バター<br>ぶなしめじ、エリンギ、油<br>まいたけ、ねぎ(たまねぎ)<br>鰹節(×)、豚肉、にんじん<br>だいこん(かぶ)、じゃがいも<br>豆腐、えだまめ、きゅうり<br>キャベツ、トマト、柿、梨<br>ぶどうジュース、<br>オレンジジュース | <b>18 牛乳</b><br>ごはん<br>味噌汁<br>鶏のからあげ<br>のり和え<br>二色ゼリー  | 牛乳、米、じゃがいも、えのき<br>たまねぎ、鶏肉、にんにく<br>しょうが、でんぶん、油<br>小松菜、キャベツ、のり<br>コーン、鰹節(×)<br>ぶどうジュース  | <b>19 牛乳</b><br>親子丼<br>野菜汁<br>梅おかか和え<br>フルーツ和え  | 牛乳、米、鶏肉、たまねぎ<br>にんじん、ねぎ(たまねぎ)<br>油揚げ(豆腐)、たまご<br>でんぶん、白菜、干し椎茸<br>だいこん(かぶ)、キャベツ<br>小松菜、梅干し、みかん缶<br>鰹節(×)、りんご、柿 | <b>20 牛乳</b><br>ちゃんぽん<br>中華和え<br>カルピスゼリー  | 牛乳、中華めん(一部冷麦)<br>油、しょうが、にんにく、豚肉<br>たまねぎ、にんじん、いか<br>干し椎茸、キャベツ、えび<br>もやし(かぶ)、かまぼこ(×)<br>でんぶん、小松菜<br>大豆もやし(かぶ)、みかん缶<br>ねぎ(たまねぎ)、カルピス |  |
|   | <b>振替休日<br/>お休みです</b>   | <b>24 牛乳</b><br>コーン茶飯<br>コーンスープ<br>コーンつくね<br>コーンサラダ   | 牛乳、米、コーン、たまねぎ<br>にんじん、白菜、ベーコン<br>だいこん(かぶ)、でんぶん<br>鶏肉、豚肉、豆腐、たまご(×)<br>えだまめ、きゅうり、キャベツ<br>トマト、油 | <b>25 牛乳</b><br>ごはん<br>鶏汁<br>中華風玉子焼き<br>トマトパプリカ中華サラダ  | 牛乳、米、鶏肉、豆腐<br>わかめ、ねぎ(たまねぎ)<br>たまご、生クリーム、油<br>たまねぎ、にんじん、小松菜<br>トウモロコシ、トマト、コーン<br>赤パプリカ、黄パプリカ<br>えだまめ、レモン | <b>26 牛乳</b><br>和風ピラフ<br>沢煮わん<br>ひじきのごま和え<br>さつま芋のオレンジ煮  | 牛乳、米、バター、ベーコン<br>鰹節(×)、たまねぎ、えび<br>コーン、ごぼう、にんじん<br>だいこん(かぶ)、干し椎茸<br>ねぎ(たまねぎ)、キャベツ<br>ごま(練りごま)、ひじき<br>さつま芋、オレンジジュース<br>レーズン | <b>27 牛乳</b><br>けんちんうどん<br>ツナじゃがカレー煮<br>フルーツあんみつ  | 牛乳、うどん(冷麦)、豚肉<br>ごぼう、だいこん(かぶ)<br>にんじん、ねぎ(たまねぎ)<br>じゃがいも、干し椎茸、ツナ<br>生揚げ(豆腐)、たまねぎ<br>グリーンピース、パイン缶<br>黄桃缶、黒砂糖、あずき |
| <b>30 牛乳</b><br>さつま芋とまいたけの混ぜご飯<br>吉野汁<br>鶏肉とかぼちゃの和風マリネ<br>コーヒー牛乳ゼリー               | 牛乳、米、さつま芋、鶏肉<br>まいたけ、にんじん、白菜<br>かぶ、ねぎ(たまねぎ)<br>でんぶん、油、かぼちゃ<br>えだまめ、トマト、黄パプリカ<br>レーズン、インスタントコーヒー<br>みかん缶 | <b>日</b><br>献立名<br>(形態食に毎日、さといも・くず粉・寒天を使用)  | 使用する主な食材<br>だし、調味料は含まず   | ★普通食に使用する食材は形態食でも使用しますが、形態食にすることにより<br>良い状態が保てないもの、味が著しく低下するもの等は代替食材を使用します。<br>代替食材は、使用する食材に( )で表示、追加で食材を使用する場合は(+○)<br>と表示します。また、普通食で使用するが形態食で使用しない食材は(×)と<br>表示します。使用しない食材に変え、量の調整をします。 |   |  |   |   |  |