







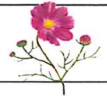
グループホームいぼりの里 9月予定献立表（前半分）






1 日	お休み 	9 月	<p>昼： ご飯・野菜の玉子とじ・天ぷら・大豆和え 味噌汁</p> <p>夕： 甘辛丼・とろろ豆腐・梅しそ和え・ヨーグルト 味噌汁</p>
2 月	<p>昼： 食パン（ジャム）・ミンチカツ・コーンサラダ フルーツヨーグルト・ジュース・スープ</p> <p>夕： ご飯・寿き煮・南瓜サラダ・東海寺和え 味噌汁</p>	10 火	<p>朝： ご飯・味噌汁・焼つくね・切干煮</p> <p>昼： ご飯・鶏のやわらか煮・みぞれ和え・白煮 味噌汁</p> <p>夕： ご飯・あんかけ豆腐・辛み炒め・韓国和え 味噌汁</p>
3 火	<p>朝： ご飯・味噌汁・スクランブルエッグ・青菜煮</p> <p>昼： ご飯・肉じゃが・胡麻和え・卵とじ・味噌汁</p> <p>夕： ご飯・魚の酢豚風・拌三絲・塩昆布和え・スープ</p>	11 水	<p>朝： ご飯・味噌汁・ハムピカタ・根菜煮</p> <p>昼： ご飯・魚の西京焼き・ひじき豆煮・ぼん酢和え かき玉汁</p> <p>夕： ご飯・豚肉のねぎソース・ごった煮・のり 味噌汁</p>
4 水	<p>朝： ご飯・味噌汁・焼つくね・漬物</p> <p>昼： ご飯・ソーセージ炒め・ショーロンポー・華風和え 味噌汁</p> <p>夕： ご飯・からし煮・玉子豆腐・鶏うめ・味噌汁</p>	12 木	<p>朝： ご飯・味噌汁・魚の甘塩焼き・ねり梅</p> <p>昼： ご飯・野菜のあんかけ・春雨ソテー・オレンジ煮 味噌汁</p> <p>夕： カレー丼・たまごサラダ・フルーツ寒天 牛乳・味噌汁</p>
5 木	<p>朝： ご飯・味噌汁・切干煮・やわらか豆腐寄せ</p> <p>昼： クリームスパゲティー・グリーンサラダ・肉団子 ゼリー・スープ</p> <p>夕： ご飯・厚焼玉子・高野サラダ・しぐれ煮 味噌汁</p>	13 金	<p>朝： ご飯・味噌汁・味豆昆布・味付のり</p> <p>昼： ラーメン・大根サラダ・コロック・ゼリー</p> <p>夕： ご飯・魚の南蛮ソース・切干とじゃがいも煮 おくら和え・味噌汁</p>
6 金	<p>朝： ご飯・味噌汁・おろし団子・ふりかけ</p> <p>昼： きのかピラフ・マカロニサラダ・揚物・牛乳 スープ</p>	14 土	<p>朝： ご飯・味噌汁・やわらか豆腐寄せ・ふりかけ</p> <p>昼： 食パン（ジャム）・オムレツのデミソース・コロック 葉果サラダ・クラムチャウダー・ジュース</p>
7 土	お休み 	15 日	お休み 
8 日	お休み 	<p>9月は「防災月間」です。</p> <p>災害に備え食品の備蓄は準備されていますか？備蓄の方法に「ローリングストック」という保管法があります。これは、普段食べている物を少し多めに買い置きをし、使った分を買い足して一定の食料を備蓄する仕方です。防災の日に備蓄などを見直しておくとお安心ですね。</p>	



グループホームいぼりの里 9月予定献立表（後半分）



<p>16 月</p>	<p>お休み・敬老の日</p> 	<p>24</p>	<p>昼：長崎ちゃんぼん・和え物・オープン焼き デザート 火 夕：ご飯・麻婆豆腐・胡麻酢和え・オクラ炒め 中華風スープ</p>
<p>17 火</p>	<p>昼：チキンライス・大根サラダ・フルーツポンチ 牛乳・スープ 夕：ご飯・ホイコーロー・和え物・オランダ煮 デザート・清汁</p>	<p>25</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・魚の甘塩焼き・切干煮 昼：味噌豚丼・大根サラダ・フルーツヨーグルト 清汁 水 夕：ご飯・魚の梅肉焼き・おかか煮・きんぴら 味噌汁</p>
<p>18 水</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・味付ツナ・青菜煮 昼：ご飯・おろし煮魚・ごま風味和え・スープ煮 味噌汁 夕：ご飯・茄子のそぼろがけ・五色和え・しぐれ煮 ヨーグルト・清汁</p>	<p>26</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・焼つくね・味付のり 昼：食パン（ジャム）・鶏のチリマヨ焼き・大豆サラダ ジュース・コーヒーゼリー・ミネストローネ 木 夕：ご飯・野菜炒め・シューマイ・いりこ和え わかめスープ</p>
<p>19 木</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・おろし団子・のり佃煮 昼：きつねうどん・キャベツサラダ・揚げ物・デザート 夕：ご飯・豆腐ステーキ・赤味噌煮・豆腐和え 清汁</p>	<p>27</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・味豆昆布・味付ツナ 昼：わかめご飯・肉豆腐・煮びたし・バター焼き かき玉汁 金 夕：ご飯・魚の高麗焼き・ひじき煮・ぼん酢和え ヨーグルト・味噌汁</p>
<p>20 金</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・切干煮・半熟オムレツ 昼：食パン（ジャム）・チキンハンバーグ・プリン シーフードサラダ・ジュース・コーンポタージュ 夕：玉子丼・ポテトサラダ・含め煮・味噌汁・牛乳</p>	<p>28</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・やわらか豆腐寄せ・漬物 昼：ご飯・アンサンブルエッグ・生姜和え・土佐煮 味噌汁 土</p>
<p>21 土</p>	<p>朝：ご飯・味噌汁・焼つくね・味付のり 昼：特別献立「いぼりの日松花堂弁当」 お楽しみに～</p>	<p>29</p>	<p>お休み</p> 
<p>22 日</p>	<p>お休み・秋分の日</p> 	<p>30</p>	<p>昼：ご飯・フライ・レタスサラダ・ソテー・スープ 月 夕：ご飯・豆腐のスープ煮・いんげんの肉巻き おかか和え・味噌汁</p>
<p>23 月</p>	<p>お休み・振替休日</p> 