

グループホーム いほいの里 9月献立表(前半分)



1 火	朝： ごはん・おろし団子・フリカケ・味噌汁 昼： ハヤシライス・グリーンサラダ・コロック スープ タ： ごはん・魚の味噌煮・きんぴら・蒸し物 清汁	9 水	朝： ごはん・味豆昆布・たいみそ・味噌汁 昼： ごはん・鶏のやわらか煮・みぞれあえ・白煮 味噌汁 タ： 甘辛丼・とろろ豆腐・梅しそあえ・白味噌汁
2 水	朝： ごはん・切り干し煮・いりこみそ・味噌汁 味噌汁 昼： 食パン（ジャム）・ベイクドチキン・牛乳 ケチャップ炒め・チーズサラダ タ： ごはん・寿煮・ポテトサラダ・東海寺あえ 味噌汁	10 木	朝： ごはん・魚の照焼・ねり梅・味噌汁 昼： 食パン（ジャム）・肉団子クリームシチュー レタスサラダ・チリソテー・牛乳 タ： ごはん・あんかけ豆腐・辛み炒め・韓国あえ 味噌汁
3 木	朝： ごはん・魚の照焼・たいみそ・味噌汁 昼： 梅おろしきめん・シーフードサラダ・肉団子 ゼリー タ： ごはん・魚の酢豚風・酢の物・塩こんぶあえ 味噌汁	11 金	朝： ごはん・和え物・味付のり・味噌汁 昼： ケチャップスパゲティ・葉果サラダ・ゼリー ピザロール・スープ タ：
4 金	朝： ごはん・根菜煮・味付のり・味噌汁 昼： ごはん・魚のパン粉焼・山いもあえ・挽肉大根 清汁 タ： ごはん・からし煮・玉子とうふ・鶏うめ 味噌汁	12 土	朝： 昼： お休み タ：
5 土	朝： ごはん・味付ツナ・ねり梅・味噌汁 昼： 食パン（ジャム）・トンカツ・コーンサラダ フルーツヨーグルト・豆乳・スープ タ：	13 日	朝： 昼： お休み タ：
6 日	朝： 昼： お休み タ：	14 月	朝： 昼： ごはん・鶏の甘辛焼・いり玉子・甘煮 味噌汁 タ： ごはん・豆腐田楽・田舎煮・ごまあえ 清汁
7 月	朝： 昼： 食パン（ジャム）・ブラウンシチュー・プリン 白菜サラダ・ジュース タ： ごはん・豆乳煮込み・ゆかりあえ・エビマヨ 味噌汁	15 火	朝： ごはん・ひじき煮・フリカケ・味噌汁 昼： 食パン（ジャム）・豚肉の味噌チーズ焼 大豆サラダ・ポテトフライ・ジュース・スープ タ： ごはん・魚の柚子香焼・あえもの・おぼろ煮 味噌汁
8 火	朝： ごはん・白和え・フリカケ・味噌汁 昼： ラーメン（冷）・きのこサラダ・お好み焼 デザート タ： ごはん・魚のおきな煮・ピーナツあえ・味噌汁 インゲン肉巻き	★ 十五夜のお月見 : (月見団子) ★ 中秋の名月(十五夜)は日本の伝統的な行事で十五夜は 1年間で一番満月の綺麗な日。団子の丸い形は満月を象徴 して秋の豊かな収穫への感謝・健康・幸運を願う意味！ 今年中秋の名月(十五夜)=9月25日(金)！	

