



食事メニュー

2016年9月

ぶらむの里

日	月	火	水	木 1日	金 2日	土 3日	
				アミエビ入りチヂミ・生野菜 ピーマン・茄子・ちりめんの炒め物 白菜の漬物 ワカメの中華スー プ	おでん風煮物 南瓜のソテー白菜の漬物 ワカメとエノキの味噌汁	豆腐入りハンバーグ・生野菜 焼き茄子ときゅうりのお浸し ハリハリ大根 厚揚げの味噌汁	
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
照り焼きチキン・生野菜 キャベツとしらすの梅肉和え 玉ねぎと揚げの味噌汁 パイナップ ル *パンナコッタ	メンチカツ・生野菜 里芋のそぼろあんかけ しばぎく しめじと玉子の澄まし 汁	半ペン青紫蘇ふわふわ焼き・生野 菜 茄子と豚肉の揚げだし 漬物 そうめんのお吸い物	八宝菜 あまごの甘露煮 エノキとワカメのお吸い物 ワッサクイーン(桃)	カレーコロッケ・生野菜 春雨サラダ 昆布の佃煮 いわしのつみれの味噌汁	ハヤシライス 温泉玉子 ワンタンの皮パリパリサラダ 豆腐と白ネギの中華スープ	ブリの照り焼き・生野菜 レンコンのきんぴら 玉ねぎとシメジの澄まし汁 オレン ジ	鯖のおろし煮・生野菜 クウシンサイとエリンギ・にんにく炒 め しばぎく 豆腐の味噌汁
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	
トンカツ・生野菜 玉子豆腐 沢庵の黒ゴマまぶし 人参と大根の味噌汁 *人参ケーキ	鮭のバター焼き・生野菜 キャベツの塩コンブ和え 焼き茄子 コンソメスープ	天ぷら(オクラ・カニ・茄子・筍・シメ ジ) レンコンサラダ ジャガイモの味噌汁	トンペイ焼き・生野菜 オクラと大根の梅肉和え ゴマ昆 布 茄子の澄まし汁	厚揚げと白菜の煮物 しらすおろしポン酢 沢庵の黒胡麻和え 椎茸の味噌 汁	茄子のはさみ揚げ・生野菜 レンコンサラダ 玉子の中華スープ オレンジゼ リー	鯖の南蛮漬け・生野菜 空心菜にんにく炒め 大根醤油漬け とろろの澄まし汁	きつねうどん おかかおにぎり オレンジ
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	
クリームコロッケ・生野菜 鯖のマリネ ワカメの澄まし汁 マンゴプリン	ゴーヤチャンプル 茄子の田楽 大根の漬物 白菜と薄揚げの味噌汁	カレーの野菜あんかけ 南瓜と高野豆腐 きゅうちゃん漬 け 大根と椎茸の味噌汁	肉団子とジャガイモの甘煮 ワカメとちりめんの酢の物 高野豆腐の味噌汁 オレンジ	アスパラ・ジャガイモ・ベーコンの白 ワイン蒸し切 干大根煮 エノキの赤だし オレンジ・リンゴ	鮭のバター焼き・おろし添え・生野 菜 カニカマ・オニオンサラダ もやしの味噌汁 パイナップル	南瓜の豚肉巻フライ・生野菜 小松菜とエリンギのバター醤油炒め きゅうちゃん漬け 筍の澄まし汁	じゃこ天と玉ねぎ炒め オクラのねばねばサラダ もやしと玉子の味噌汁 マンゴプリ ン
25日	26日	27日	28日	29日	30日		
赤魚の塩焼き・生野菜 空心菜のガーリックソテー 南瓜の味噌汁 パイナップル	お好み焼き 冷奴 胡麻昆布 しめじとかまぼこの澄まし汁	石狩風鮭と根菜の煮物 間引き菜の胡麻和え 出し巻き玉子 ザーサーイスープ	オムライス ジャガイモのパリパリサラダ コンソメスープ オレンジゼリー	鶏の黒酢あん・生野菜 玉子豆腐 きゅうちゃん漬け エノキの澄まし汁	サツマイモ入り筑前煮 トマトとアボカドのサラダ ゴーヤの佃煮 青梗菜の中華 スープ	豚ともやし生姜炒め・生野菜 明太子ポテトサラダ 玉子の澄まし汁 リンゴ	