



食事メニュー

2018年9月

ふるむの里

日	月	火	水	木	金	土	
30日						1日	
豚肉と大根・半熟玉子の煮物 小松菜とキャベツの和え物 ブドウゼリー シメジのすまし汁 * パンプキンケーキ	サゴシの醤油焼き・生野菜 切り干し大根と鶏ミンチの煮物 白菜漬け シメジのすまし汁					オムライス ベーコン入りサラダ キャベツコンソメスープ オレンジ	
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	
メンチカツ・生野菜 キャベツとちくわの和え物 さつま金時と白花豆甘煮 わかめのすまし汁 * マーメイドケーキ	厚揚げの野菜あんかけ・生野菜 ひじき豆 さくら漬け キャベツの味噌汁	白身魚の香味ソース・生野菜 ちゃんぽん麺 さくら漬け	赤魚・オレンジ醤油焼き・生野菜 白菜とクルミの味噌ゴマ昆布 人参のすまし汁	チキングリル焼き・生野菜 豆腐ボールのおろし煮 かつば漬け ナスのすまし汁	さんまのかば焼き・生野菜 白菜のツナ和え 桜漬け さつまいもの味噌汁	鶏もものハニーマスタード・生野菜 高野豆腐の玉子とじ ちりめん和大葉の佃煮 花麩のすまし汁	豚とズッキーニのマヨ炒め・生野菜 ポテトとウインナーのコンソメ煮 かつば漬け エノキの味噌汁
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	
ピーマンの肉詰め・生野菜 竹の子のきんぴら じゃこの佃煮 ちくわの味噌汁	カレーうどん 小松菜と人参のおかか和え おにぎり	鶏とさつまいもの甘煮 揚げズッキーニのトマトソース ゴマ昆布 大根の赤だし	さんまのおろし煮・生野菜 冬瓜のホタテあん 桜漬け 大葉と巻麩のすまし汁	鯖の南蛮漬け・生野菜 五目豆煮 ジャガイモの味噌汁 梨	鶏胸肉のピカタ・生野菜 けんちん煮 漬物 ズッキーニの中華スープ	イワシのソテー トマトポタージュ・生野菜 胸肉と大根の梅紫蘇和え しば漬け わかめの味噌汁	鯖の西京焼き・生野菜 ほうれん草と炒り玉子の和え物 マロニーの中華スープ
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	
タンダーチキン・生野菜 白菜のカニあん 五目豆煮 大根の味噌汁 * マンゴケーキ	赤魚の幽庵焼き・生野菜 豆腐の肉みそかけ しば漬け 巻麩のすまし汁	鯖の塩焼き・生野菜 玉子豆腐 コーンポタージュスープ りんご	五目玉子焼き・生野菜 里芋のごまみそ和え かつば漬け 豆腐の中華スープ	赤魚の和風あん・生野菜 万願寺唐辛子豚肉炒め ゴマ昆布 玉子のすまし汁	炊き込みご飯 厚揚げステーキ・生野菜 ナスときゅうりの煮物 巻麩のすまし汁 パイナップル	グラタン・生野菜 肉団子甘酢あん ズッキーニのソテー キャベツのコンソメスープ	鯖のスタヂ醤油焼き・生野菜 大豆と鶏の旨煮 しばづけ・かつば漬け 大根の赤だし
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	
スペイン風オムレツ・生野菜 さつまいもとマカロニのサラダ ズッキーニの揚げ浸し 玉ねぎのすまし汁	豚肉の生姜焼き・生野菜 煮奴 白菜の味噌汁 りんご 誕生会	イワシのかば焼き・生野菜 南瓜ウインナーの炒め物 しば漬け 豆腐の中華スープ	にゅうめん おにぎり ゴマ昆布 ミートローフ	赤魚の酒蒸し 煮しいたけと三つ葉のだし巻き 五目豆煮 大根の味噌汁	焼き餃子・生野菜 厚揚げとほうれん草の中華煮 しば漬け 花麩のすまし汁	鶏のおろし煮・生野菜 オニオンサラダ 白菜の漬物 玉子と三つ葉のすまし汁	ハヤシライス サラダ 温泉玉子 ほうれん草のすまし汁