

ヒューマンライフケア 献立表 2020 9月

利倉

月	火	水	木	金	土
	鯖の照焼 冬瓜の煮物 小松菜のえのき和え ご飯 漬物・味噌汁	南瓜挽肉フライ えんどうのツナ煮 海藻の青じそ和え ご飯 漬物・味噌汁	和風ハンバーグ チンゲン菜の煮浸し しめじの卸し和え ご飯 漬物・味噌汁	豚と小松菜のごま生姜炒め 麩の卵とじ 白菜のポン酢和え ご飯 漬物・味噌汁	鶏のうすくず煮 茄子のみそ炒め 菜の花の辛子和え ご飯 漬物・味噌汁
7	8	9	10	11	12
ヒラスの幽庵焼 ヒジキの五目煮 オクラのわさび和え ご飯 漬物・味噌汁	けんちんうどん いんげんの炒め物 もやしのポン酢和え ご飯 漬物	ロールキャベツマトソース マカロニカレーソテー きのこのマリネ ご飯 漬物・味噌汁	梅ササミフライ からし菜の磯和え 野菜のコンソメ煮 ご飯 漬物・味噌汁	さんまのカレー焼 野菜の治部煮 春菊の白和え ご飯 漬物・味噌汁	シーフードクリームシチュー ナポリタン 海藻サラダ ご飯 漬物
14	15	16	17	18	19
卸しカツ 茄子の煮浸し からし菜の塩昆布和え ご飯 漬物・味噌汁	鶏の治部煮 もやしとニラの卵炒め 大根のわさびマヨ和え ご飯 漬物・味噌汁	牛の卵とじ 平天の金平 オクラのゆかり和え ご飯 漬物・味噌汁	カレーの煮付 いんげんの梅煮 きのこのお浸し ご飯 漬物・味噌汁	ささみロールカツ ブロッコリーの和風あん 切干大根からし和え ご飯 漬物・味噌汁	さんまの煮付 れんこんのそぼろ炒め 胡瓜のめかぶ和え ご飯 漬物・味噌汁
21	22	23	24	25	26
牛肉と茄子の味噌炒め 小松菜の煮物 もやしとニラの甘酢あえ ご飯 漬物・味噌汁	オムレツきのごソース 野菜のコンソメ煮 海藻サラダ ご飯 漬物・味噌汁	肉団子の酢豚風 貝柱の甘辛炒め 胡瓜の青じそ和え ご飯 漬物・味噌汁	鮭の照焼 かぼちゃの和風サラダ 冬瓜卵あん ご飯 漬物・味噌汁	鶏肉南蛮漬け きのこの味噌炒め 大根サラダ ご飯 漬物・味噌汁	中華丼 ちくわの甘辛炒め 春菊のお浸し 漬物
28	29	30			
はんぺんチーズサンド チンゲン菜とベーコンの炒め浸し シーフードマリネ ご飯 漬物・味噌汁	回鍋肉 白菜の中華煮 胡瓜の梅肉和え ご飯 漬物・味噌汁	クリームシチュー キャベツのコンソメ炒め ブロッコリーのごま和え ご飯 漬物			