

		16 (金)		17 (土)		18 (日)									
<p>●9月22日(木) 特別メニュー 厨房職員が利用者さんに喜んでいただけるようなおかずを9品選んだプレートとご飯とすまし汁がついたメニューになります。</p>  <p>こちらの写真は、盛付イメージです。</p>		<p>●秋の味覚 秋刀魚(さんま) 9月26日(月)さんまの塩焼き 2022年の初サンマは、7月14日に北海道の釧路港で小型漁船が水揚げ。昨年よりも1カ月以上早く、24匹しか獲れなかったそうです。近年では、秋刀魚は高級魚?なんて耳にされることも多くなりました。今年は塩焼きでご提供しようと思います。施設食では、利用者さんが食べやすい様に頭・骨・尾を除いて提供しております。旬のスタチを絞って大根おろしとポン酢で秋の味覚をお届けいたします。</p> 		<p>朝食 ご飯 赤だし (なめこ 玉ねぎ わかめ) 味付けまぐろ 昆布佃煮 たくあん ヤクルト400</p>		<p>テーブルロール チョコデニッシュ 目玉焼きと生野菜 (レタス ミニトマト) 牛乳 チーズ</p>		<p>たまごロール クリームパン カフェオレ (低脂肪乳 コーヒー) ぶどうゼリー</p>							
		<p>昼食 ピビンパ丼 (米 こま 卵 合挽 ほうれん草 もやし じら にんじん 干しいたけ のり) えびしゅうまいと温野菜 (フロッコリー) またけスープ (豆腐 またけ チンゲン菜)</p>		<p>ご飯 さばのみそ焼きと温野菜 (さつまいも フロッコリー) 大根サラダ (ちりめん 大根 水菜 にんじん きゅうり)</p>		<p>肉うどん (うどん 牛肉 玉ねぎ ごぼう かまぼこ ねぎ) じゃこピー奴 (豆腐 ピーナッツ ちりめん しそ) 杏仁豆腐 (寒天 牛乳 みかん バイン)</p>									
		<p>夕食 ご飯 さけのチーズ焼きと温野菜 (じゃがいも にんじん) トマトサラダ (トマト アスパラ かいわれ 玉ねぎ)</p>		<p>ご飯 鶏肉のレモン風味焼きと温野菜 (じゃがいも にんじん) カイワレサラダ (千えび きゅうり かいわれ わかめ)</p>		<p>ご飯 牛肉とチンゲン菜のオムレツ (卵 牛肉 チンゲン菜 にんじん 玉ねぎ) ごぼうサラダ (こま かにかま ごぼう 大根 かいわれ)</p>									
19 (月)		20 (火)		21 (水)		22 (木)		23 (金)		24 (土)		25 (日)			
<p>朝食 ご飯 みそ汁 (豆腐 油あげ わかめ 玉ねぎ ねぎ) 明太子 じゃこ天 べったら漬け 味付のり</p>		<p>ご飯 赤だし (なめこ 玉ねぎ わかめ) 塩サケ かまぼこ 昆布佃煮 ヤクルト</p>		<p>テーブルロール ジャムパン スパソテー (ハム スパゲティ 玉ねぎ ビーマン) 野菜ジュース</p>		<p>お茶漬け 塩サケ 野菜天 昆布佃煮 ヤクルト400</p>		<p>特別メニュー</p>		<p>テーブルロール メープルフラワー オムレツと生野菜 (レタス ミニトマト) コンソメスープ ジョア もも缶</p>		<p>ご飯 赤だし (ひ 玉ねぎ わかめ ねぎ) 塩さば かまぼこ しば漬け 味付けのり</p>		<p>ご飯 みそ汁 (油あげ 小松菜 玉ねぎ) 味付けまぐろ 高野煮 たくあん ミルミル</p>	
<p>昼食 わかめご飯 お好み焼き (豚肉 卵 えび いか キャベツ ねぎ) ちくわの磯辺揚げと温野菜 (フロッコリー)</p>		<p>ご飯 鶏肉のマーマレード焼きと温野菜 (なす アスパラ) 春雨サラダ (春雨 ハム きくらげ きゅうり 干豆腐)</p>		<p>ご飯 さけのマヨネーズ焼きと生野菜 (キャベツ 水菜 赤玉ねぎ) 鶏肝のしぐれ煮 (鶏肝 チンゲン菜 にんじん)</p>		<p>特別メニュー</p>		<p>ご飯 鶏肉の松風焼きと生野菜 (レタス 赤玉ねぎ サニーレタス) かぼちゃのサラダ (ベーコン かぼちゃ 玉ねぎ パセリ)</p>		<p>カレーライス (米 牛肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ グリンピース 福神漬け らっきょう)</p>		<p>ご飯 豚肉の香草パン粉焼きと生野菜 (レタス きゅうり 赤ビーマン 玉ねぎ) にんじんシリシリ (ツナ 卵 こま にんじん ねぎ)</p>			
<p>夕食 ご飯 豚肉の塩麹焼きと温野菜 (じゃがいも にんじん) わさびマヨ和え (ちくわ キャベツ きゅうり コーン)</p>		<p>ご飯 サバの竜田揚げと温野菜 (かぼちゃ にんじん) 切り干し大根の炒り煮 (切干大根 にんじん 干しいたけ 油あげ グリンピース)</p>		<p>えびピラフ たたきキュウリのピリ辛和え (ハム 春雨 にんじん きゅうり) 野菜と玉子のスープ (卵 ほうれん草 玉ねぎ パプリカ)</p>		<p>八宝菜 (豚肉 えび いか うすら卵 きくらげ ほうさい ヤングコーン ビーマン 玉ねぎ にんじん) 冷奴のじゃこのせ (ちりめん 豆腐 ねぎ)</p>		<p>ご飯 さばのみそ煮と煮物 (じゃがいも 大根) ほうれん草の白和え (こま 豆腐 ほうれん草 にんじん しめじ)</p>		<p>ご飯 鶏肉のごま焼きと温野菜 (さつまいも フロッコリー) スパサラダ (スパゲティ ハム にんじん きゅうり)</p>		<p>ご飯 さけのつつみ焼き (さけ 玉ねぎ にんじん ビーマン えのき しめじ しいたけ) ひじきの玉子とじ (千えび 卵 ひじき にんじん 干しいたけ グリンピース)</p>			
26 (月)		27 (火)		28 (水)		29 (木)		30 (金)		<p>★新メニュー 9月26日(月) タラモサラダ タラモサラダは、ギリシアの代表的なオードブルで、たらこをほぐし、オリーブオイル、レモン汁などを加え、マッシュポテトと混ぜ合わせたものです。 「タラモ」とは魚卵という意味のギリシャ語です。</p>  <p>9月</p> 					
<p>朝食 ご飯 みそ汁 (豆腐 玉ねぎ わかめ ねぎ) 厚焼き玉子 煮ちくわ きんとき煮豆 ふりかけ</p>		<p>テーブルロール あんパン 野菜炒め (ハム キャベツ 玉ねぎ ビーマン) 牛乳</p>		<p>ご飯 みそ汁 (油あげ じゃがいも 玉ねぎ ねぎ わかめ) いわしの佃煮 かにかま 白菜漬け ヤクルト</p>		<p>黒糖ロール クリームパン オムレツと生野菜 (ミニトマト レタス) コンソメスープ パイン缶 ジョア</p>		<p>ご飯 みそ汁 (油あげ なす 玉ねぎ ねぎ) 高野煮 ごぼうのそぼろ煮 三色煮豆 ふりかけ</p>							
<p>昼食 ご飯 梨 チキン南蛮漬けと生野菜 (キャベツ トマト) ★たらもサラダ (たらこ じゃがいも サニーレタス)</p>		<p>とうもろこしごはん 柿 (米 とうもろこし パセリ) さばのカレー醤油焼きと温野菜 (さつまいも オクラ) 大根のそぼろ煮 (鶏肉 大根 にんじん ねぎ)</p>		<p>すき焼き丼 (米 牛肉 焼き豆腐 白菜 にんじん 菜の花 しいたけ 糸こんにゃく グリンピース) ほうれん草としめじのお浸し (ほうれん草 もやし しめじ かまぼこ) すまし汁 (ひ わかめ えのき ねぎ)</p>		<p>ご飯 とりマヨと生野菜 (鶏肉 ヨーグルト レモン キャベツ トマト) 酢の物 (ちりめん かにかま きゅうり 大根 わかめ)</p>		<p>ご飯 たららのバジルオイル焼きと生野菜 (サニーレタス 赤玉ねぎ レタス) さつまいものサラダ (ベーコン さつまいも 玉ねぎ きゅうり 干豆腐)</p>							
<p>夕食 ご飯 すまし汁 (ひ わかめ ねぎ) ■さんまの塩焼きと大根おろし (大根 すだち) れんこんの金平 (こま れんこん にんじん 糸こんにゃく 干しいたけ グリンピース)</p>		<p>ご飯 ちゃんこ風煮物 (肉団子 豆腐 白菜 にんじん しいたけ えのき もやし ニラ) ツナと里芋のサラダ (ツナ 里芋 きゅうり 玉ねぎ レタス)</p>		<p>ご飯 クリームシチュー (豚肉 牛乳 じゃがいも にんじん 玉ねぎ フロッコリー) もやしのナムル (こま ハム もやし きゅうり きくらげ)</p>		<p>ご飯 さわらの西京焼きと温野菜 (さつまいも アスパラ) 筑前煮 (鶏肉 にんじん 干しいたけ れんこん 竹の子 里芋 グリンピース)</p>		<p>ご飯 豚肉とまたけ炒め (豚肉 またけ しめじ 玉ねぎ パプリカ) たまご豆腐 (たまご豆腐 ねぎ)</p>							