

9月献立表

		中期食		後期食	
日	曜日	献立	材料	献立	材料
1	水	パンがゆ ささみと人参の煮物 玉ねぎのスープ	食パン・ミルク ささみ・人参・だし 玉ねぎ・だし	スティックパン ささみと人参の煮物 玉ねぎのスープ	食パン ささみ・人参・だし・砂糖・しょうゆ 玉ねぎ・だし・しょうゆ
2	木	人参がゆ たらとほうれん草のやわらか煮 さつまいもと大根のみそ汁	米・人参・だし たら・ほうれん草・だし さつまいも・人参・だし・みそ	人参がゆ たらとほうれん草のやわらか煮 さつまいもと大根のみそ汁	米・人参・だし たら・ほうれん草・だし・砂糖・しょうゆ さつまいも・大根・だし・みそ
3	金	おかゆ ツナとキャベツの白和え 人参と白菜のスープ	米 ツナ・豆腐・キャベツ・だし 人参・白菜・だし	おかゆ ツナとキャベツの白和え 人参と白菜のスープ	米 ツナ・豆腐・キャベツ・だし・砂糖・しょうゆ 人参・白菜・だし・しょうゆ
4	土	うどんのくたくた煮 野菜の煮物	うどん・人参・だし じゃがいも・玉ねぎ・キャベツ・だし	うどん 野菜の煮物	うどん・人参・だし・しょうゆ じゃがいも・玉ねぎ・キャベツ・だし・砂糖・しょうゆ
6	月	おかゆ カレイとかぼちゃのくたくた煮 ほうれん草と大根のみそ汁	米 カレイ・かぼちゃ・だし ほうれん草・大根・だし・みそ	おかゆ カレイとかぼちゃのくたくた煮 ほうれん草と大根のみそ汁	米 カレイ・かぼちゃ・だし・砂糖・しょうゆ ほうれん草・大根・だし・みそ
7	火	おかゆ 鶏ミンチと野菜のあんかけ キャベツのみそ汁	米 鶏ミンチ・小松菜・人参・だし・片栗粉 キャベツ・だし・みそ	おかゆ 鶏ミンチと野菜のあんかけ キャベツのみそ汁	米 鶏ミンチ・小松菜・人参・だし・砂糖・しょうゆ・片栗粉 キャベツ・だし・みそ
8	水	パンがゆ ささみと人参の煮物 チンゲン菜のスープ	食パン・ミルク ささみ・人参・だし チンゲン菜・だし	スティックパン ささみと人参の煮物 チンゲン菜のスープ	食パン ささみ・人参・だし・砂糖・しょうゆ チンゲン菜・だし・しょうゆ
9	木	おかゆ ツナと白菜のだし煮 人参とキャベツのみそ汁	米 ツナ・白菜・だし 人参・キャベツ・だし・みそ	おかゆ ツナと白菜のだし煮 人参とキャベツのみそ汁	米 ツナ・白菜・だし・砂糖・しょうゆ 人参・キャベツ・だし・みそ
10	金	おかゆ 根菜のそぼろ煮 豆腐のみそ汁	米 鶏ミンチ・さつまいも・大根・だし 豆腐・だし・みそ	おかゆ 根菜のそぼろ煮 豆腐のみそ汁	米 鶏ミンチ・さつまいも・大根・だし・砂糖・しょうゆ 豆腐・だし・みそ
11	土	そぼろうどんのくたくた煮 ツナと野菜の煮物	鶏ミンチ・うどん・だし ツナ・ブロッコリー・じゃがいも・だし	そぼろうどん ツナと野菜の煮物	鶏ミンチ・うどん・だし・しょうゆ ツナ・ブロッコリー・じゃがいも・だし・砂糖・しょうゆ
13	月	おかゆ ささみと玉ねぎのうま煮 きゅうりの和え物	米 ささみ・玉ねぎ・だし きゅうり・だし・かつお節	おかゆ ささみと玉ねぎのうま煮 きゅうりの和え物	米 ささみ・玉ねぎ・だし・砂糖・しょうゆ きゅうり・だし・かつお節・しょうゆ
14	火	おかゆ ツナと根菜のくたくた煮 チンゲン菜のスープ	米 ツナ・大根・人参・だし チンゲン菜・だし	おかゆ ツナと根菜のくたくた煮 チンゲン菜のスープ	米 ツナ・大根・人参・だし・砂糖・しょうゆ チンゲン菜・だし・しょうゆ
15	水	パンがゆ たらとキャベツのトロ煮 人参のスープ	食パン・ミルク たら・キャベツ・だし・片栗粉 人参・だし	スティックパン たらとキャベツのトロ煮 人参のスープ	食パン たら・キャベツ・だし・砂糖・しょうゆ・片栗粉 人参・だし・しょうゆ
16	木	おかゆ カレイと人参の煮物 小松菜のみそ汁	米 カレイ・人参・だし 小松菜・だし・みそ	おかゆ カレイと人参の煮物 小松菜のみそ汁	米 カレイ・人参・だし・砂糖・しょうゆ 小松菜・だし・みそ
17	金	おかゆ 根菜のそぼろ煮 小松菜のみそ汁	米 鶏ミンチ・大根・かぼちゃ・だし 小松菜・だし・みそ	おかゆ 根菜のそぼろ煮 小松菜のみそ汁	米 鶏ミンチ・大根・かぼちゃ・だし・砂糖・しょうゆ 小松菜・だし・みそ
18	土	うどんのくたくた煮 しらすと野菜の煮物	うどん・人参・だし しらす・玉ねぎ・かぼちゃ・だし	うどん しらすと野菜の煮物	うどん・人参・だし・しょうゆ しらす・玉ねぎ・かぼちゃ・だし・砂糖・しょうゆ
20	月	敬老の日			
21	火	おかゆ ささみとキャベツのくたくた煮 玉ねぎのみそ汁	米 ささみ・キャベツ・だし 玉ねぎ・だし・みそ	おかゆ ささみとキャベツのくたくた煮 玉ねぎのみそ汁	米 ささみ・キャベツ・だし・砂糖・しょうゆ 玉ねぎ・だし・みそ
22	水	パンがゆ たらと根菜のうま煮 キャベツスープ	食パン・ミルク たら・じゃがいも・人参・だし キャベツ・だし	スティックパン たらと根菜のうま煮 キャベツスープ	食パン たら・じゃがいも・人参・だし・砂糖・しょうゆ キャベツ・だし・しょうゆ
23	木	秋分の日			
24	金	おかゆ 鮭と人参の白和え 大根のスープ	米 豆腐・鮭・人参・だし 大根・だし	おかゆ 鮭と人参の白和え 大根のスープ	米 豆腐・鮭・人参・だし・砂糖・しょうゆ 大根・だし・しょうゆ
25	土	うどん カレイと野菜の煮物	うどん・人参・だし カレイ・チンゲン菜・玉ねぎ・だし	うどん カレイと野菜の煮物	うどん・人参・だし・しょうゆ カレイ・チンゲン菜・玉ねぎ・だし・砂糖・しょうゆ
27	月	おかゆ ささみと人参のくたくた煮 キャベツのスープ	米 ささみ・人参・だし キャベツ・だし	おかゆ ささみと人参のくたくた煮 キャベツのスープ	米 ささみ・人参・だし・砂糖・しょうゆ キャベツ・だし・しょうゆ
28	火	そぼろうどんのくたくた煮 しらすと野菜のだし煮 桃	鶏ミンチ・うどん・だし しらす・ほうれん草・白菜・だし 桃	そぼろうどん しらすと野菜のだし煮 桃	鶏ミンチ・うどん・だし・しょうゆ しらす・ほうれん草・白菜・だし・砂糖・しょうゆ 桃
29	水	パンがゆ たらと野菜の煮物 白菜スープ	食パン・ミルク たら・玉ねぎ・人参・だし 白菜・だし	スティックパン たらと野菜の煮物 白菜スープ	食パン たら・玉ねぎ・人参・だし・砂糖・しょうゆ 白菜・だし・しょうゆ
30	木	おかゆ ツナとチンゲン菜のトロ煮 人参と大根のみそ汁	米 ツナ・チンゲン菜・だし・片栗粉 人参・大根・だし・みそ	おかゆ ツナとチンゲン菜のトロ煮 人参と大根のみそ汁	米 ツナ・チンゲン菜・だし・砂糖・しょうゆ・片栗粉 人参・大根・だし・みそ