施設長	管理栄養士	栄養士
山近	秋元	飯島

予定献立一覧表

ショート　　平成29年10月01日(日)　～　平成29年10月31日(火)

	1日（日）	2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）	7日（土）	8日（日）	9日（月）	10日（火）	
朝	麦ご飯 雑炊 さつま芋の甘煮 刻みきゅうり漬	麦ご飯 納豆 大根と油揚げの煮物 味噌汁(玉ねぎ、ふ) 黄桃ミックス缶	麦ご飯 人参きんぴら ｷｬﾍﾞﾂオカカマヨあえ 味噌汁(ｴﾉｷ) 切昆布大豆煮	ｸﾛﾜｯｻﾝ、ﾐﾆｸﾘｰﾑﾊﾟﾝ 野菜炒め コンソメスープ プルーン紅茶漬	麦ご飯 一口がんも煮物 三色豆 味噌汁(大根、葉) なめ茸	麦ご飯 焼き塩鮭 白菜お浸し 味噌汁(ねぎ、板ふ) のり佃煮	うぐいすパン ﾒｰﾌﾟﾙﾛｰﾙﾊﾟﾝ ほうれん草グラタン ﾐﾈｽﾄﾛｰﾈｽｰﾌﾟ	麦ご飯 雑炊 煮豆(白いんげん豆) 梅干し	麦ご飯 納豆 きんぴらごぼう 味噌汁(もやし) ヤクルト	麦ご飯 切干大根の煮物 いわし香梅煮 味噌汁(じゃが、ｴﾉｷ) 刻みしば漬	
昼	きのこそば 野菜ごま風味サラダ ヨーグルト	ご飯 ツナ入りオムレツ ひじきの煮物 味噌汁(白菜) ちりめん山椒	ご飯 松茸ごはん さわら照り焼き 里芋の銀あんかけ すまし汁(白玉ふ) パイン缶	ご飯 鶏の松風焼き 春雨サラダ すまし汁(ﾏｲﾀｹ、ﾐﾂﾊﾞ) マンゴー	ご飯 さんまの塩焼き(骨ﾅｼ 冬瓜の炒め煮 味噌汁(じゃが芋) きゅうりぬか漬･特養	ご飯 牛肉とｺﾞﾎﾞｳのﾐｿ煮込 焼きなす すまし汁（ｶﾆｶﾏ） みかん缶	ご飯 菜めし 筑前煮 あんかけ卵蒸し 味噌汁(小松菜) 黒花豆甘煮	ラーメン（醤油） 蒸し餃子(海鮮) 杏仁豆腐	ご飯 秋鮭の生姜焼き 柿とｼﾒｼﾞの白和え 味噌汁(ﾜｶﾒ、ねぎ) つぼ漬・特養刻みﾀｸｱﾝ	ご飯 五目豆腐天ぷら 小松菜辛子和え 味噌汁(みず菜) 甘夏みかん	
間	あんドーナツ 低脂肪乳	ミニエクレア 低脂肪乳	ドーナツ 低脂肪乳	もなか 低脂肪乳	蒸しｹｰｷ(ｺｰﾋｰ) 低脂肪乳	抹茶パンケーキ 低脂肪乳	ソフトクッキー 低脂肪乳	薄皮まんじゅう 低脂肪乳	あんずケーキ 低脂肪乳	クリームコンフェ 低脂肪乳	
夕	麦ご飯 マーボ茄子 ｶｳﾚﾝ草の中華和え 味噌汁(ﾜｶﾒ) つぼ漬・特養刻みﾀｸｱﾝ	麦ご飯 白身魚さらさ蒸し かぼちゃのそぼろ煮 すまし汁(ｴﾋﾞ寄せ) ねり梅	麦ご飯 チキンカレー フレンチサラダ 野菜ｼﾞｭｰｽ(紫野菜)	麦ご飯 じゃが芋の煮物 五目卵巻き 味噌汁(豆腐、みず菜) しその実漬け	麦ご飯 肉団子の甘酢あん ３色野菜ナムル 味噌汁(玉ねぎ、ﾜｶﾒ) 刻みしば漬	麦ご飯 豚肉と野菜のうま煮 イカしゅうまい 味噌汁(花ﾌ) 高菜漬	麦ご飯 かれいみりん漬け 春菊ごま和え･特養SS 味噌汁(さつま芋) 昆布佃煮	麦ご飯 カキフライ 和風サラダ 味噌汁(なめこ) 刻みたくあん	麦ご飯 仙台麩とうずら卵煮物 ちりめん奴 味噌汁(キャベツ) オクラおかか和え	麦ご飯 鶏肉のゆずみそ炒め さつま芋昆布煮 味噌汁(大根) 刻みきゅうり漬	

	11日（水）	12日（木）	13日（金）	14日（土）	15日（日）	16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）	
朝	麦ご飯 ｷｬﾍﾞﾂとﾊﾑの炒め物 五目豆 味噌汁(里芋) 黄桃ﾐｯｸｽ缶	麦ご飯 大根厚揚げ煮 焼きたらこ 味噌汁(青菜、板ふ) のり佃煮	麦ご飯 和風きのこオムレツ おろしあえ（しらす） 味噌汁(玉ねぎ) 金山時みそ	チーズドッグｶｽﾀｰﾄﾞ ｿｰｾｰｼﾞｿﾃｰ(ﾎｳﾚﾝｿｳ) ヨーグルト コーンスープ	麦ご飯 みそ雑炊 竹輪と野菜の煮付け うぐいす豆	麦ご飯 納豆 白菜と絹揚げ甘辛煮 味噌汁(ｲﾝｹﾞﾝ、ﾌ) 刻みたくあん	麦ご飯 小松菜の煮浸し 鮭フレーク 味噌汁(里芋) 梅干し	ピーナツサンドパン ツナ野菜炒め ﾍﾞｰｺﾝと玉葱のスープ 白桃ﾐｯｸｽ缶	麦ご飯 厚焼き卵 ひじき煮 味噌汁(白菜) ふりかけ	麦ご飯 ﾋﾞｰﾏﾝとｿｰｾｰｼﾞのｿﾃｰ ごぼう炒り煮 味噌汁(ﾜｶﾒ) たいみそ	
昼	ご飯 鯖の味噌煮 マカロニサラダ すまし汁(ﾊﾝﾍﾟﾝ･ﾐﾂﾊﾞ) さくら漬	ご飯 トマトチキンカレー 卵サラダ ヨーグルト 福神漬	ご飯 メンチカツ 切り昆布煮物 赤だし味噌汁(ﾄｳﾌﾐﾂﾊﾞ 青りんごゼリー	ご飯 栗おこわ 鰆西京漬 春雨の酢の物 味噌汁(もやし) 白菜漬	けんちん煮込みうどん 大学芋 ジョア（白ぶどう）	ご飯 鶏の照り焼き はんぺんサラダ わかめスープ マンゴー	ご飯 ねぎとろ がんもどきの含め煮 すまし汁(ｼｲﾀｹ、ﾐﾂﾊﾞ) 刻みきゅうり漬･特養	ご飯 豚肉の生姜焼き 海藻サラダ 味噌汁(ｴﾉｷ) つぼ漬・特養刻みﾀｸｱﾝ	ご飯 きのこご飯 豆腐の和風ソテー 里芋のゆず味噌かけ 味噌汁(ねぎ、板ふ) りんご缶	ご飯 鮭のみぞれ焼き キャベツ卵炒め さつま汁 刻みしば漬	
間	人形焼き(緑茶あん) 低脂肪乳	黒棒 低脂肪乳	ふんわりﾛｰﾙｹｰｷ(ﾐﾙｸ) 低脂肪乳	きんつば 低脂肪乳	蒸しまんじゅう(豆乳) 低脂肪乳	スイスロール 低脂肪乳	チョコプチケーキ 低脂肪乳	カエデの実 低脂肪乳	焼きいも 低脂肪乳	あんドーナツ 低脂肪乳	
夕	麦ご飯 わかめご飯 豆腐のそぼろあん なすとｼﾒｼﾞﾎﾟﾝ酢かけ 味噌汁(ﾎｳﾚﾝｿｳ) 金時豆甘煮	麦ご飯 ｷｬﾍﾞﾂ豚肉みそ炒め 酢の物(ｷｭｳﾘ.ｶﾆｶﾏ) けんちん汁 梅香ザーサイ	麦ご飯 親子煮 青梗菜ﾜｻﾋﾞ醤油和え･ﾄ 味噌汁(ﾜｶﾒ.ふ) しその実漬け	麦ご飯 野菜炒め すり身ｼﾝｼﾞｮあんかけ 味噌汁(じゃが芋) みかん缶	麦ご飯 ﾋｼﾞｷ入り豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 千切大根のごま酢あえ 味噌汁(キャベツ) 高菜漬	麦ご飯 さんまオレンジ煮 卵蒸し和風あん 味噌汁(大根、葉) 白花豆甘煮	麦ご飯 ささみの南蛮漬 さつま芋のｻﾗﾀﾞ 味噌汁(豆腐) 味付けおかか	麦ご飯 カレイ煮付け 酢味噌和え かき玉汁 さくら漬	麦ご飯 ｿﾌﾄﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ(ｹﾁｬｯﾌﾟｿｰｽ 切干大根の煮物 味噌汁(小松菜) ヤクルト	麦ご飯 焼豆腐肉味噌かけ ｶｳﾚﾝ草甘酢あえ すまし汁(ﾌｨｯｼｭﾎﾞｰﾙ) 黄桃缶	

	21日（土）	22日（日）	23日（月）	24日（火）	25日（水）	26日（木）	27日（金）	28日（土）	29日（日）	30日（月）	31日（火）
朝	白あんパン 卵パン グラタン ｳｲﾝﾅｰ野菜スープ	麦ご飯 雑炊 煮豆(金時豆) さくら漬	麦ご飯 納豆 人参ごまきんぴら 味噌汁(さつま芋) ヤクルト	麦ご飯 じゃが芋の炒め煮 にしん甘露煮 味噌汁(水菜) なめ茸	麦ご飯 ハム野菜炒め 野菜大豆煮 味噌汁(ﾜｶﾒ) みかん缶	麦ご飯 焼き豆腐の煮付け ﾓﾛﾍｲﾔの和え物 味噌汁(玉ねぎ、ふ) 白菜漬け	麦ご飯 鮭塩焼き ごぼう炒り煮 味噌汁(ねぎ、板ふ) うぐいす豆	ｺｰﾋｰﾛｰﾙﾊﾟﾝ ツナパン えびグラタン ポテトスープ	麦ご飯 雑炊 かぼちゃの煮物 梅干し	麦ご飯 納豆 白菜の煮浸し 味噌汁(里芋) しらす干し	麦ご飯 刻み昆布の煮物 焼きたらこ 味噌汁(豆腐) 黄桃ミックス缶
昼	ご飯 韓国風豚肉野菜炒め 冷奴（梅だれ） 青梗菜スープ しその実漬け	タコライス コンソメスープ いちごプリン	ご飯 さんまの甘酢ｿﾃｰ 小松菜菊花和え 味噌汁(豆腐、青ﾈｷﾞ) 梅香ザーサイ	ご飯 えびドリア 野菜スープ コーヒーゼリー	ご飯 まぜご飯（鶏、ｺﾞﾎﾞｳ） たき合せ(魚河岸揚･ﾅｽ 味噌汁(里芋) バナナ	ご飯 菜めし 肉じゃが 温泉卵 具だくさん味噌汁 黄桃缶	ご飯 なすのはさみ揚げ お浸し(ﾎｳﾚﾝ草) すまし汁(ﾏｲﾀｹ.ﾐﾂﾊﾞ) 刻みたくあん	ご飯 白身魚味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 冬瓜の炒め煮 味噌汁(キャベツ) さくら漬	タンメン えびシューマイ フルーツポンチ	ご飯 大根と鶏肉の煮物 卵蒸し和風あんかけ 味噌汁(ｷｽｻﾔ、ふ) 刻みしば漬	ご飯 鮭ちらし 春菊ごま和え･特養SS すまし汁(ｼﾒｼﾞ、ﾐﾂﾊﾞ) きゅうりぬか漬･特養
間	もみじ饅頭(ｸﾘｰﾑ) 低脂肪乳	くりしぐれ+せんべい 低脂肪乳	ココアワッフル 低脂肪乳	薄皮あんぱん 低脂肪乳	紫芋ブッセ 低脂肪乳	抹茶クレープ 低脂肪乳	バームクーヘン 低脂肪乳	クリームコンフェ 低脂肪乳	蒸しｹｰｷ(ｺｰﾋｰ) 低脂肪乳	もなか 低脂肪乳	かぼちゃプリン 低脂肪乳
夕	麦ご飯 千草焼き(卵焼き) ぜんまい炒め煮 味噌汁(なめこ、ﾐﾂﾊﾞ) のり佃煮	麦ご飯 鶏むね肉の香草焼き コールスローサラダ 味噌汁(玉ねぎ) 刻みきゅうり漬	麦ご飯 五目野菜の袋煮 にらともやしの炒め物 味噌汁(白菜) パイン缶	麦ご飯 かに玉風オムレツ 春雨サラダ 味噌汁(大根、葉) 刻みしば漬	麦ご飯 ほっけ塩焼き いんげんﾋﾞｰﾅﾂ和え 味噌汁(絹揚げ) つぼ漬・特養刻みﾀｸｱﾝ	麦ご飯 鶏の唐揚げ みぞれあえ(ﾊﾑ、ｷｭｳﾘ) すまし汁(ﾊﾝﾍﾟﾝ) ねぎみそ	麦ご飯 筑前煮 厚焼き卵 味噌汁(小松菜) きゅうりもみ	麦ご飯 マーボー豆腐(醤油味 中華風酢の物 味噌汁(大根) 白いんげん甘煮	麦ご飯 ひじき入つくね焼き ポテトサラダ 味噌汁(ｴﾉｷ.万能ﾈｷﾞ) 高菜漬	麦ご飯 さんまおかか煮 野菜炒め かき玉汁 金時豆甘煮	麦ご飯 ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙのｸﾘｰﾑ煮 魚河岸揚甘辛煮 野菜ｼﾞｭｰｽ

TEL 043-496-1910　FAX 043-496-1919 エコトピア酒々井