９月のメニュー

		令和３年09月01日(水)	令和３年09月02日(木)	令和３年09月03日(金)	令和３年09月04日(土)	令和３年09月05日(日)
朝		十勝あんぱん ｶﾘﾌﾗﾜｰとｺｰﾝのｿﾃｰ 牛乳	米飯 ふりかけ（カツオ） れんこんの煮物 えのきのおみそ汁 ピーチジュース	クリームツイスト かぼちゃのｹﾁｬｯﾌﾟｿﾃｰ 牛乳	ﾎｯﾄﾄﾞｯｸﾞ＆ﾐﾙｸﾊﾟﾝ 元気ヨーグルト ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｸﾘｰﾑｽｰﾌﾟ	ホワイトミルクパン ほうれん草のサラダ 牛乳
昼		鶏天丼 しろなのしらす和え 赤だし マフィン(非常食)	麦ごはん ｶﾚｲの塩麹焼き ごぼうの甘辛煮 ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃)	あんかけ焼そば 蒸ししゅうまい ひじきの五目煮 ﾖｰｸﾞﾙﾄ風ﾃﾞｻﾞｰﾄ	米飯 ﾏｽのﾑﾆｴﾙ　ﾀﾙﾀﾙｿｰｽかけ なすの炒め物 ほうれん草の和え物	米飯 涼風豚しゃぶ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ 煮浸し（白菜・人参・揚げ）
夕		米飯 さばの生姜煮 じゃが芋のﾊﾞﾀｰ炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え	米飯 かに入り卵焼き 春雨ｻﾗﾀﾞ キャベツスープ	米飯 あじのみそ焼き 焼き豆腐と大根の炊き合わせ 青菜かにかまのからし和え	米飯 ﾄﾝﾃｷ イカの胡麻醤油和え みそ汁(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾜｶﾒ)	米飯 ひらすの南部焼き 五目豆腐 ﾌﾙｰﾂ缶(洋梨)
	令和３年09月06日(月)	令和３年09月07日(火)	令和３年09月08日(水)	令和３年09月09日(木)	令和３年09月10日(金)	令和３年09月11日(土)	令和３年09月12日(日)
朝	ﾊﾑﾁｰｽﾞﾄｰｽﾄ&ﾐﾆｸﾘｰﾑﾊﾟﾝ 元気ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク ベーコンスクランブル 牛乳	レーズンドッグ ブロッコリーの菜種ソテー 牛乳	米飯 のり佃煮 きざみ昆布の煮物 キャベツのおみそ汁 アップルジュース	シュガーバターコッペ かぼちゃのクリーム煮 牛乳	ﾂﾅﾏﾖﾛｰﾙ＆ｼｮｺﾗﾛｰﾙ 元気ヨーグルト ｸﾘｰﾑﾎﾟﾀｰｼﾞｭ	メロンパン ジャーマンポテト 牛乳
昼	米飯 ぶりの煮付 枝豆と南瓜のサラダ かき玉汁	米飯 きのこ入り鶏つくねの照り焼き じゃが芋の煮物 マスカットゼリー	巻き寿司（焼肉巻＆サラダ巻） エビカツ＆ささみフライ ほうれん草ときのこの和え物 白菜のお吸いもの	おかめそば ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ(柚子おろし) ｶﾚｲの照り焼き いんげんのｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ缶(りんご)	麦ごはん ｶﾚｲの照り焼き 白菜の煮浸し ゴボウサラダ	きのこｶﾚｰ さつまいもｻﾗﾀﾞ 香の物(福神漬) フルーツカクテル	米飯 あじの焼き南蛮 鶏肉と大豆の味噌煮 ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃)
夕	麦ごはん ﾊﾞｰﾍﾞｷｭｰﾁｷﾝ なすの含め煮 しろなのお浸し	米飯 白身魚の唐揚げ 野菜炒め ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え	米飯 ﾁｷﾝﾋﾟｶﾀ 野菜サラダ 小松菜のソテー	米飯 さばの味噌煮 ｳｲﾝﾅｰともやしの炒め物 冷たいナスの揚げ浸し	米飯 豚肉の生姜焼き さといもとがんもの煮物 ｵｸﾗともずくのｻﾗﾀﾞ	米飯 赤魚の野菜あんかけ 小松菜の炒め煮 かぶのあっさり漬け	米飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 鶏肉とｶﾎﾞﾁｬの豆乳煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとツナのサラダ
	令和３年09月13日(月)	令和３年09月14日(火)	令和３年09月15日(水)	令和３年09月16日(木)	令和３年09月17日(金)	令和３年09月18日(土)	令和３年09月19日(日)
朝	ｴｯｸﾞﾄｰｽﾄ＆ﾐﾆﾁｮｺﾊﾟﾝ 元気ヨーグルト ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｸﾘｰﾑｽｰﾌﾟ	レモンフラワーパン ケチャップソテー 牛乳	イエローロール キャベツと大豆のサラダ 牛乳	米飯 ふりかけ(ｼｿ) さつま揚げと菜の花の煮物 まいたけのおみそ汁 オレンジジュース	ハニーロール ほうれん草とﾍﾞｰｺﾝのｽｰﾌﾟ煮 牛乳	ハンバーガー 元気ヨーグルト コーンスープ	カスタードクリームパン 野菜のトマト煮 牛乳
昼	麻婆丼 肉巻き・春巻き バンサンスウ	米飯 ひらすのみりん焼き さといもとごぼ天の煮物 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾐｶﾝ)	米飯 ﾒﾝﾁｶﾂ・ｸﾘｰﾑｺﾛｯｹ たけのこのピリ辛炒め ﾖｰｸﾞﾙﾄ風ﾃﾞｻﾞｰﾄ(ﾊﾟｲﾝ)	米飯 豚肉のｽﾀﾐﾅ炒め ひじきの煮物 コーヒーゼリー	米飯 白身魚のﾑﾆｴﾙ　ﾀﾙﾀﾙｿｰｽ もやしとツナのｿﾃｰ ﾌﾙｰﾂ缶(白桃)	米飯 鶏肉の生姜焼き れんこんとアスパラのサラダ お吸い物(つみれ)	ﾐｰﾄｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ほうれん草)
夕	米飯 ｼｲﾗのﾏｽﾀｰﾄﾞ焼き ﾚﾝｺﾝと厚揚げの土佐煮 しろなのなめたけ和え	麦ごはん チーズ入り卵焼き レバーとこんにゃくの炒め煮 白菜の柴漬け風味和え	米飯 鶏肉の南部焼き ちくわとごぼうの旨煮 酢の物	米飯 たらの揚げおろし煮 れんこんの甘辛炒め ﾁﾝｹﾞﾝ菜の和え物	米飯 豚肉のみそ漬焼き 冬瓜と豆腐のくず煮 小松菜のごま和え	麦ごはん さわらの香味焼き 大根とがんもの煮物 かにかまとごぼうのサラダ	米飯 お好み焼き風卵焼き 豆腐ﾁｬﾝﾌﾟﾙ ｵｸﾗのﾎﾟﾝ酢和え
	令和３年09月20日(月)	令和３年09月21日(火)	令和３年09月22日(水)	令和３年09月23日(木)	令和３年09月24日(金)	令和３年09月25日(土)	令和３年09月26日(日)
朝	ｺｰﾝﾏﾖﾄｰｽﾄ＆ｶｽﾀｰﾄﾞﾛｰﾙ 元気ヨーグルト ｸﾘｰﾑﾎﾟﾀｰｼﾞｭ	りんりんりんご ﾂﾅとｶﾘﾌﾗﾜｰのｿﾃｰ 牛乳	チョコチップメロンパン ｳｲﾝﾅｰとじゃが芋のｽｰﾌﾟ煮 牛乳	米飯 ふりかけ(ｻｹ) ごぼうの炒め物 キャベツときのこのおみそ汁 アップルジュース	マロンファンシー チキンといんげんのソテー 牛乳	ﾎﾟﾃﾄﾛｰﾙ＆ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ 元気ヨーグルト ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｸﾘｰﾑｽｰﾌﾟ	中華粥 黒酢の肉団子 付）野菜炒め 牛乳
昼	麦ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き 焼きﾋﾞｰﾌﾝ ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃)	月見ｸﾘｰﾐｰｶﾚｰうどん 大根と油揚げの煮物 マカロニサラダ お月見ゼリー	米飯 あじの梅風味焼き ﾋﾟｰﾏﾝのおかか炒め ﾌﾙｰﾂ缶(ｶｸﾃﾙ)	米飯 さんまの蒲焼き風 ﾁﾝｹﾞﾝ菜とちくわの和え物 さつま汁	米飯 煮込みﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 青菜の辛子和え ﾋﾞﾀﾐﾝｾﾞﾘｰ	米飯 ひらすのﾏﾖ七味焼き ツナサラダ 卵スープ	たいめいけん特製ハヤシライス スペイン風オムレツ じゃが芋のたらこマヨ和え バナナムース
夕	米飯 ﾏｽのﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き じゃが芋の含め煮 二色和え	米飯 ﾒﾊﾞﾙの照り煮 しゅうまい・ぎょうざ しろなのわさびﾏﾖ和え	親子丼 切干大根の炒め煮 小松菜のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え	米飯 鶏肉のおろしポン酢かけ れんこんと厚揚げの炒め煮 もやしの酢の物	米飯 さばのごま醤油焼き かぼちゃのえびあんかけ ｶﾘﾌﾗﾜｰの酢味噌かけ	米飯 鶏の唐揚げ かぶの土佐煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物	米飯 ◇赤魚のみそ漬け焼き他 ソフトクレープ 具たくさん汁
	令和３年09月27日(月)	令和３年09月28日(火)	令和３年09月29日(水)	令和３年09月30日(木)			
朝	ﾋﾟｻﾞﾄｰｽﾄ＆黒糖ﾛｰﾙ 元気ヨーグルト ｸﾘｰﾑﾎﾟﾀｰｼﾞｭ	おいもちゃん カリフラワーのソテー 牛乳	チョコカスター チキンとアスパラのソテー 牛乳	米飯 ふりかけ(ﾀﾗｺ) 厚揚げの炒め物 もやしのおみそ汁 オレンジジュース			
昼	米飯 ぶりの柚庵焼き 冬瓜のくず煮 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾐｶﾝ)	海鮮ﾀﾝﾒﾝ 揚げ餃子 もやしのナムル ﾖｰｸﾞﾙﾄ風ﾃﾞｻﾞｰﾄ	米飯 鶏肉の塩炒め クリームコロッケ ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾟｲﾝ缶)	米飯 あじの竜田揚げ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ みそ汁(かぼちゃ)			
夕	米飯 豚肉のﾊﾞﾀｰ醤油炒め ｷｬﾍﾞﾂのｺﾝｿﾒ煮 ｵﾘﾋﾞｴｻﾗﾀﾞ	米飯 鶏肉のみそ焼き ゆかり和え 豆腐ｻﾗﾀﾞ	米飯 ﾏｽの菜種焼き ﾅｽの生姜あんかけ 春雨の酢の物	麦ごはん ﾎﾟｰｸﾁｬｯﾌﾟ 小松菜の煮浸し ｶﾘﾌﾗﾜｰとちくわの梅しそ和え			

写真①

写真②

アキアカネが飛び、日も段々と短くなり吹く風が少しずつ秋の訪れを感じさせます。今年の残暑は、例年よりマシな印象です。

利用者さん方も、目立った夏バテは見られず元気に過ごされています。

8月は、夏祭りメニューを提供(写真①）。フランクフルトは、カウンターにて厨房スタッフに焼いてもらいました。口元にケチャップを付けながら頬張る方も…。

お楽しみメニューは、例年の夏野菜カレーを改変し野菜を沢山入れてみました(写真②）。自己流でコロッケカレーにされる方も、普段野菜が苦手な人もペロッと完食されました。
カレーはやっぱり強いなぁと、改めて感じました。

(管理栄養士　Y)

●今月の行事食●

・9月　8日(水）昼食・・・お楽しみメニュー
・9月　21日(火）昼食・・・お月見メニュー
・9月　26日(日）毎食・・・みんなの日曜日メニュー