

 9月 の朝寿苑のお昼ごはん
 

9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)
米飯 ぶりとお根の煮つけ 小松菜とささみのコンソメ煮 もやしとソーセージの中華和え みそ汁(玉ねぎ・じゃが芋) フルーチェ	五目チラシずし(えびと錦糸卵) ぜんまいとちくわの炒め煮 ポテトサラダ すまし汁(なめこ・豆腐) 今川焼(こしあん)	米飯 かわいい西京焼とビーフソテー 青梗菜と大豆の煮浸し いんげんの胡麻和え みそ汁(こまき麩・大根葉) グレープゼリー	秋の天ぷらうどん (さつま芋磯辺天・海老天) 豆腐ハンバーグ人参甘煮 おくらとカニカマの和え物 プチケーキ(りんご)	米飯 赤魚のつけ焼き 枝豆の卵の花 人参ツナサラダ(インゲン) すまし汁(わかめ・玉子麩) ココアムース	米飯 鶏肉のマスタードソース かにカマ入り炒り卵 もやしとコーンの中華和え みそ汁(南瓜・ほうれん草) ミニ栗まんじゅう
9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)
米飯 鶏肉のチリソース 大根とウインナーの洋風煮 ブロッコリーの胡麻和え みそ汁(法菜・豆腐) プチケーキ(メープル)	米飯 タラの西京焼き肉団子 さつま芋のレモンあんかけ カリフラワーサラダ みそ汁(なめこ・わかめ) 水ようかん(こしあん)	チキンカレー 揚げ茄子の味噌炒め 南瓜サラダ 福神漬 ドームケーキ(チョコキャラメル)	米飯 ホキ揚げのトマトソース 鶏肉とお根の煮物 キャベツとカニカマお浸し みそ汁(菜の花・椎茸) いちごゼリー	牛丼 竹の子のおかか煮 もやしと胡瓜のドレッシング和え すまし汁(えのき・さつま芋) クリームコンフェ	米飯 アジの漬け焼 筑前煮 ブロッコリーとウインナーのマヨ和え みそ汁(大根葉・高野豆腐) コーヒーゼリー
9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)
栗ご飯 さけの唐揚げおろしあんかけ 鶏と卵の親子煮 カリフラワーサラダ お祝いすまし汁(花麩・かまぼこ) ももゼリー	米飯 絹揚げと南瓜の鶏そぼろかけ カリフラワーとちくわの炒め物 ささみと人参のサラダ みそ汁(わかめ・玉ねぎ) ドームケーキ(いちごカスタード)	米飯 カレイの磯辺天 鶏肉とごぼうの煮物 ほうれん草白和え みそ汁(なめこ・大根) オレンジゼリー	米飯 エビフライとオムレツ 豚と玉ねぎのすき焼き風煮 うまい菜とささみの中華和え みそ汁(からし菜・大根) たいやき	米飯 赤魚の煮付けと白はんぺん煮 ポテトとベーコンの炒め物 キャベツのおかか和え コンソメスープ(プロ・ソーセージ) プリン	米飯 ニラまんじゅうの甘酢あん 牛肉とお根の煮物 カリフラワーとブロッコリーのサラダ すまし汁(わかめ・小巻麩) ミニどら焼き
9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)
米飯 鶏の揚煮と玉ねぎピーマン甘煮 キャベツと卵の炒め物 切干し大根とさつま揚げの和え物 みそ汁(南瓜・いんげん) ドームケーキ(バナナ)	米飯 タラのカレー唐揚げ 里芋と竹輪の煮物 菜の花の和え物 すまし汁(わかめ・玉子麩) りんごゼリー	米飯 鶏と卵の親子煮 青梗菜と豚肉の炒め物 野菜マリネ みそ汁(菜の花・高野豆腐) ワッフル	五目チラシずし(カニカマ・錦糸卵) 豚肉と菜の花のさっと煮 コールスローサラダ みそ汁(玉葱・さつま揚げ) 水ようかん(抹茶)	米飯 ホキ唐揚げのマリネ風 ひじきの卵の花 おくらとカニカマの和え物 コンソメスープ(カリフラワー・ソーセージ) ミニ栗まんじゅう	米飯 チーズハンバーグのデミソース おでん風(大根、お魚団子) 法菜としめじの白和え みそ汁(こまき麩・わかめ) ココアムース
9月30日(月)					
けんちんうどん タンドリーチキン 菜の花の和え物 オレンジゼリー					