

令和5年9月 ピースプラザ 献立

	1日(金)	2日(土)	3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)	11日(月)
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	角揚げの煮物	竹輪の炒め煮	炒り豆腐	スクランブルエッグ	里芋のそぼろあん	高野豆腐のとろみ煮	ニラ玉炒め	ウインナー炒め	肉詰めいなり	白菜の煮浸し	ハムと野菜の炒め物
	かにかま和え	カリフラワーサラダ	南瓜サラダ	和風和え	海藻サラダ	じゃが芋のサラダ	ピーナツ和え	大根と塩昆布のサラダ	梅風味サラダ	納豆	さつま芋サラダ
	梅干し	あみ佃煮	ふりかけ のりたまご	海苔佃煮	ゆずみそ	ふりかけ やさい	あみ佃煮	ふりかけ たらこ	たいみそ	味噌汁	梅干し
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア ストロベリー	牛乳	牛乳
昼食	中華丼	ご飯	たぬきうどん	ご飯	炊き込みご飯	ハヤシライス	麦ご飯	ご飯	ご飯	醤油ラーメン	ご飯
	春雨サラダ	鯖のみりん焼き	肉じゃが	鶏肉の彩ソース	鯖の照り焼き	マリネサラダ	鯖の味噌煮	肉豆腐	チキンカツ煮	冬瓜のえびあん	赤魚の沢煮
	マンゴープリン	とろろ和え	牛乳羹	マカロニサラダ	南瓜煮	ぶどうゼリー	ゆず風味和え	切干とツナのサラダ	辛子和え	杏仁豆腐	茄子味噌炒め
	わかめスープ	フルーツ		モロヘイヤのお浸し	フルーツ	コンソメスープ	とろろ芋	煮豆	フルーツ		フルーツ
		かき玉汁		コンソメスープ	具だくさん汁		清まし汁	菊花の清まし汁	味噌汁		とろろ昆布汁
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鶏肉のコーンクリーム焼き	豚肉と大根の煮物	鶏肉のくわ焼き	タラのタルタル焼き	豚肉のソテーりんごソース	鶏肉のごまだれ	豚肉のオイスター炒め	鶏肉の香草パン粉焼き	ホッケの胡麻だれ焼	マスのマリネ	豚肉の甘酢炒め
	ブロッコリーの	小松菜のお浸し	大根の炒め物	切干大根	アサリとマカロニ炒め	冬瓜の中華煮	小松菜のおかか和え	マリネサラダ	きんぴらごぼう	カリフラワーのカレー炒め	中華奴
	ジャーマンポテト	ピーマンのじゃこ炒め	茄子の中華和え	フルーツ	ポン酢和え	モロヘイヤの和え物	フルーツ	フルーツ	おろし和え	しそ風味和え	いんげんのナムル
	野菜椀	味噌汁	清まし汁	味噌汁	味噌汁	汁ビーフン	味噌汁	味噌汁	かき玉汁	清まし汁	春雨スープ
	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	厚焼き玉子	魚河岸揚げの煮物	がんもの煮物	つみれの煮付け	白菜の煮浸し	車麩の卵とじ	コンビーフ炒め	ジャーマンポテト	野菜の中華炒め	大根の炒り煮	豆腐のそぼろあん
	柚子風味和え	ひじきの和え物	ゆかり和え	生姜醤油和え	納豆のしらす和え	イタリアンサラダ	春雨サラダ	チーズ風味サラダ	ナムルサラダ	オクラ納豆	塩昆布和え
	海苔佃煮	ふりかけ うめしそ	たいみそ	ふりかけ のりかつお	味噌汁	ゆずみそ	あみ佃煮	ふりかけ のりたまご	ゆずみそ	味噌汁	たいみそ
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア ストロベリー	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳 抜けてます	牛乳	牛乳
昼食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	お赤飯	お赤飯	親子丼	ご飯	ご飯	カレーライス
	豚トマト煮	鶏肉のオーロラソース焼き	卵と春雨の炒め物	メンチカツ	肉団子のスープ煮	カレイの黄身焼き	カレイの黄身焼き	酢の物	タラの粒マスタード焼き	豚肉の生姜焼き	レタスサラダ
	野菜のマヨネーズソースかけ	きんぴらごぼう	豚しゃぶサラダ	ひじきの煮物	ほうれん草のソテー	炊き合わせ	炊き合わせ	浅漬け	鶏肉団子のコンソメ煮	ひじきのサラダ	フルーツ
	フルーツゼリー	フルーツ	フルーツ	フルーツ	アボカドサラダ	胡桃和え	胡桃和え	清まし汁	フルーツ	フルーツゼリー	オニオンスープ
	コンソメスープ	味噌汁	清まし汁	なめこ汁	南瓜のポタージュ	フルーツ	フルーツ		味噌汁	味噌汁	
						清まし汁	清まし汁				
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	筑前煮	ブリの照り焼き	鶏肉と大豆の煮物	マスの幽庵焼き	ホキの菜種焼き	豚肉カレー風味炒め	ポークチャップ	メバルの梅煮	葱塩チキン	赤魚のムニエルバターソース	鶏肉の塩麩焼き
	もずくの酢の物	モロヘイヤのなめ茸和え	南瓜サラダ	蓮根のきんぴら	青のり炒め	豆腐の帆立あん	海藻のサラダ	揚げ茄子	キャベツの蒸し煮	里芋の煮物	冬瓜の冷やし鉢
	ドレッシング和え	さつま芋きんとん	冬瓜のくず煮	磯和え	フルーツ	さつま芋の煮物	フルーツ	フルーツ	カリフラワーのサラダ	ゆずドレッシング和え	さつま芋の蜂蜜レモン煮
	清まし汁	味噌汁	味噌汁	清まし汁	清まし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	かき玉汁	味噌汁	清まし汁
	23日(土)	24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)			
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯			
	チーズオムレツ	さつま揚げの炒め物	野菜のスープ煮	鯛のみぞれ煮	干しえび入り野菜炒め	茄子とひき肉の炒め物	竹輪の卵とじ	豆と挽肉のトマト炒め			
	和え物	アスパラの和え物	さつま芋サラダ	ゆかり和え	温泉卵	香味和え	梅風味和え	小松菜のサラダ			
	海苔佃煮	ふりかけ やさい	あみ佃煮	ふりかけ たらこ	たいみそ	ふりかけ うめしそ	ゆずみそ	海苔佃煮			
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁			
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア ストロベリー	牛乳	牛乳	牛乳			
昼食	ご飯	鶏南蛮そば	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	栗ご飯	ご飯			
	カレイの煮付け	おろし和え	千草焼	麻婆豆腐	鱈の南蛮漬け	鶏肉のクリーム煮	秋刀魚の塩焼き	和風ハンバーグきのこあん			
	辛子和え	抹茶ゼリー	切り昆布煮	春雨サラダ	ブロッコリーのおかか和え	さつま芋のドレッシングサラダ	蒸し茄子とみょうがのポン酢和え	ピーマンのツナ和え			
	煮豆		ポテトサラダ	フルーツ	豆腐のきのこあん	フルーツ	フルーツ	りんごゼリー			
	味噌汁		味噌汁	海老団子のスープ	味噌汁	コンソメスープ	ほうとう風汁	清まし汁			
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯			
	かに玉あんかけ	タラのから揚げ野菜あん	鯖の味噌焼き	鶏肉の胡麻味噌焼き	豚肉のしぐれ煮	メバルのポン酢かけ	チキンソテー	豚肉と春雨の炒め物			
	野菜のナムル	ひじき煮	コールスローサラダ	アスパラソテー	大根サラダ	切干とひじき煮	なめ茸和え	あさりのスープ煮			
	フルーツ杏仁	たらこマヨネーズかけ	ヨーグルト	三色豆	フルーツ	浅漬けサラダ	里芋の胡麻和え	辛子和え			
	中華スープ	味噌汁	清まし汁	とろろ昆布汁	清まし汁	味噌汁	清まし汁	かき玉汁			

*食材の都合により、変更になる場合があります。