# ９月　予定献立表

長谷川病院　デイケアセンター

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1日<br>米飯<br>赤魚の塩麹ﾎｲﾙ焼き<br>お豆ｻﾗﾀﾞ<br>金平ごぼう<br>清まし汁<br>果物 | 2日<br>ﾍﾞｰｺﾝとｷﾉｺの和風ﾊﾟｽﾀ<br>ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ風<br>小松菜のおかか和え<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ<br>牛乳寒天とﾌﾙｰﾂ | 3日<br>米飯<br>めばるの煮つけ<br>海草ｻﾗﾀﾞ<br>ﾅﾑﾙ<br>味噌汁<br>果物 |
| | | | りんご杏仁 | 原宿ﾄﾞｯｸﾞ | ★副料理長★<br>かぼちゃﾁｰｽﾞｹｰｷ |
| | | | エネルギー：738kcal<br>タンパク質：29.4g | エネルギー：863kcal<br>タンパク質：24.6g | エネルギー：741kcal<br>タンパク質：27.3g |
| 5日<br>米飯<br>ぶり大根<br>里芋炊き合わせ<br>茄子の中華浸し<br>清まし汁<br>果物 | 6日<br>野菜たっぷりﾋﾞﾋﾞﾝﾊﾞ<br>揚じゃが芋のｻﾗﾀﾞ<br>もやしのごま辛子和え<br>清まし汁<br>果物 | 7日<br>★秋の味覚メニュー★<br>きのこごはん<br>鶏肉の山椒焼き<br>揚げなすのさっぱり和<br>10品目ｻﾗﾀﾞ<br>すまし汁<br>果物<br> | 8日<br>とり南蛮そば<br>揚げだし豆腐<br>おさつｻﾗﾀﾞ<br>果物 | 9日<br>2種のﾊﾟﾝ<br>ｲﾀﾘｱﾝﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ<br>ﾊﾑと野菜のﾏﾘﾈ<br>れんこんｻﾗﾀﾞ<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ<br>ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ | 10日<br>米飯<br>ぶりの照り焼き<br>ひじきの白和え<br>彩り野菜のﾏﾘﾈ<br>味噌汁<br>果物 |
| 濃厚ﾌﾟﾘﾝ | ｱｲｽ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ） | 水ようかん | 黒糖ﾌｰｸﾚｴ | ｺｰﾋｰｾﾞﾘｰ | ﾜｯﾌﾙ |
| エネルギー：742kcal<br>タンパク質：29.8g | エネルギー：767kcal<br>タンパク質：22.7g | エネルギー：792kcal<br>タンパク質：29.1g | エネルギー：905kcal<br>タンパク質：34.9g | エネルギー：936kcal<br>タンパク質：33.4g | エネルギー：852kcal<br>タンパク質：30.7g |
| 12日<br>★秋の味覚ﾒﾆｭｰ★<br>栗ごはん<br>秋鮭のﾎｲﾙ焼き<br>茄子のみそたれかけ<br>小松菜の和え物<br>すまし汁<br>果物<br> | 13日<br>ﾎﾟｰｸｶﾚｰ<br>ｻﾆｰﾚﾀｽと水菜のｻﾗﾀﾞ<br>里芋のそぼろ煮<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ<br>ﾌﾙｰﾂﾖｰｸﾞﾙﾄ | 14日<br>米飯<br>ｶﾚｲのﾑﾆｴﾙ　ﾚﾓﾝｿｰｽ<br>ﾊﾞﾝﾊﾞﾝｼﾞｰｻﾗﾀﾞ<br>野菜の炒り煮<br>味噌汁<br>果物 | 15日<br>米飯<br>肉野菜炒め<br>ﾊﾟﾌﾟﾘｶとﾂﾅのｻﾗﾀﾞ<br>ひじきの煮物<br>味噌汁<br>果物<br> | 16日<br>米飯<br>鯵の南蛮漬け焼き<br>刻昆布の煮物<br>もやしとﾁﾝｹﾞﾝ菜のﾅﾑﾙ<br>すまし汁<br>ﾌﾙｰﾂﾖｰｸﾞﾙﾄ | 17日<br>きつねうどん<br>はちみつ風味の大学芋<br>お豆とりんごｻﾗﾀﾞ<br>果物 |
| もみじまんじゅう | 人参ｾﾞﾘｰ | ｼﾍﾞﾘｱ | ★十五夜★お月見ｾﾞﾘｰ | ★料理長★ｼｮｺﾗﾑｰｽ | 星食べよ<br>ﾊｯﾋﾟｰﾀｰﾝ |
| エネルギー：681kcal<br>タンパク質：26.6g | エネルギー：779kcal<br>タンパク質：22.2g | エネルギー：813kcal<br>タンパク質：29.8g | エネルギー：712kcal<br>タンパク質：24g | エネルギー：722kcal<br>タンパク質：25.5g | エネルギー：840kcal<br>タンパク質：23.8g |
| 19日<br>祝日 | 20日<br>★秋の味覚ﾒﾆｭｰ★<br>さつま芋ご飯<br>揚出し豆腐秋野菜あん<br>ｶﾆｶﾏと大根ｻﾗﾀﾞ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとかぶのｿﾃｰ<br>すまし汁<br>果物<br> | 21日<br>米飯<br>鰆のﾋﾟｶﾀ<br>ｹｰｸｻﾚ<br>五色和え<br>味噌汁<br>果物 | 22日<br>祝日 | 23日<br>米飯<br>鶏のみぞれ煮<br>人参のﾏﾘﾈｻﾗﾀﾞ<br>青梗菜とﾊﾑの中華和<br>味噌汁<br>果物 | 24日<br>ｵﾑﾗｲｽ<br>ｼﾙﾊﾞｰｻﾗﾀﾞ<br>南瓜のﾐﾙｸ煮<br>ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ<br>果物 |
| | はちみつﾚﾓﾝｾﾞﾘｰ | 手づくりﾚｰｽﾞﾝ蒸しﾊﾟﾝ | | 抹茶ﾊﾞﾊﾞﾛｱ | ﾐﾆﾒﾛﾝﾊﾟﾝ |
| エネルギー：0kcal<br>タンパク質：0g | エネルギー：906kcal<br>タンパク質：20.3g | エネルギー：842kcal<br>タンパク質：36.8g | エネルギー：0kcal<br>タンパク質：0g | エネルギー：815kcal<br>タンパク質：23.7g | エネルギー：843kcal<br>タンパク質：18.4g |
| 26日<br>2種のﾊﾟﾝ<br>ｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ<br>ｻｰﾓﾝﾏﾘﾈｻﾗﾀﾞ<br>ﾎｳﾚﾝ草と椎茸のお浸し<br>果物 | 27日<br>米飯<br>ｶﾞｷと椎茸のﾏﾖ焼き<br>きゅうりの酢の物<br>花野菜のｶﾚｰｿﾃｰ<br>味噌汁<br>果物 | 28日<br>米飯<br>治部煮<br>揚げだし豆腐<br>ほうれん草の辛子和え<br>味噌汁<br>果物 | 29日<br>米飯<br>★秋の味覚メニュー★<br>秋鮭のちゃんちゃん焼<br>根菜と茸の焼きｻﾗﾀﾞ<br>小松菜のごま和え<br>清まし汁<br>果物 | 30日<br>塩ﾗｰﾒﾝ<br>かぶとﾂﾅの和風ｻﾗﾀﾞ<br>さつま芋のいとこ煮<br>ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ | |
| ｵﾚﾝｼﾞｾﾞﾘｰ | たいやき | ｼｭｰｸﾘｰﾑ | 芋ようかん | ﾁｰｽﾞ蒸しｹｰｷ | |
| エネルギー：692kcal<br>タンパク質：27.2g | エネルギー：782kcal<br>タンパク質：27.9g | エネルギー：777kcal<br>タンパク質：28g | エネルギー：696kcal<br>タンパク質：29.8g | エネルギー：779kcal<br>タンパク質：28.8g | |