

令和 4 年 9 月度やっとかめ献立表



”旅の日のいつまで暑き彼岸花”

敬老の日

			1日(木)	2日(金)	3日(金) 誕生日会
			焼飯 もやしの中華炒め 春巻き スープ・杏仁豆腐 プリン	チキンソテーマトソース 小松菜とろろ昆布和え 高野豆腐の玉子とじ モロヘイヤスープ・洋梨 わらび餅	天婦羅盛り合せ 茶碗蒸し 筑前煮 赤飯・吸い物・メロン ロールケーキ
5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
鮭の塩焼 冬瓜そぼろ煮 麻婆茄子 味噌汁・黄桃・味飯 豆乳葛	蓮根饅頭 おから 竹輪の磯部揚げ 味噌汁・白桃 今川焼	三色そぼろ 冷奴梅オクラのせ 五目ひじき 吸物・バナナ 心太	鱈のカレーマヨ焼き ささ身の味噌和え カボチャサラダ 味噌汁・マンゴー みたらし団子	茄子のはさみ揚げ 海老と豆腐の旨煮 長芋のワサビ醤油 味噌汁・ヨーグルト コーヒーゼリー	鮭フライ 出し巻き玉子 がんも煮 豚汁・オレンジ あんみつ
12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土) おやつ作り
蒸しみそつくね 厚揚げ出し煮 モロヘイヤの梅和え 味噌汁・西瓜 チョコ蒸しパン	鶏とさつま芋の甘辛煮 トマトとアボカドサラダ 空心菜の煮浸し かきたま汁・パイン 饅頭	鰯の照り焼き 法蓮草の胡麻和え 人参とリンゴサラダ 味噌汁・白桃・味飯 バームクーヘン	アジフライ 海老とブロッコリーサラダ 里芋煮 味噌汁・ヨーグルト・芋飯 スイートポテト	鶏の味噌漬け焼 カリフラのマヨポン 青梗菜とあさり煮 吸物・みかん ミルク餅	ハヤシライス 人参サラダ 切干大根煮 味噌汁・西瓜
19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
ブリの照り焼き 茄子の揚げ浸し 人参と塩昆布和え けんちん汁・マンゴー カステラ	ピーマン肉詰め カニとブロッコリー卵とじ 切干大根甘酢煮 豚汁・キウイ フルーツゼリー	敬老会 おたのしみ お弁当	豚しゃぶ素麺 筑前煮 玉子サラダ 太巻き・みかん フレンチトースト	やっとかめ喫茶 牛肉と春雨の炒め煮 なめ茸おろし おから 味噌汁・バナナ	鱈の西京焼き ひじきの白和え 南瓜煮 豚汁・みかん バナナ蒸しケーキ
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
麻婆豆腐 トマトと貝割れサラダ 海老焼売 中華スープ・杏仁豆腐 冷やしぜんざい	白身魚のムニエル ポテトベーコン炒め 水菜とツナサラダ オニオンスープ・いちご カボチャ蒸しパン	かき揚げ キノコの白和え もずく酢 味噌汁・梨 アップルパイ	和風おろしバーグ 小松菜の煮浸し 人参と蓮根キンピラ コーンスープ・パイン ハチミツポテトボール	鱈のみそ焼き 出し巻き玉子 肉じゃが けんちん汁・黄桃 あん団子	

