

常食(御飯食) 献立だより 2021年9月 ◇①◇



曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付			1	2	3	4	5
朝A	<p>9月3日(金)夕食 『洋なし缶のはちみつジュレ』</p>  <p>洋なしのフルーツ缶にジュレを合わせたのはちみつジュレが新商品で登場します。お食事の口直しのフルーツですが、見た目・食感ともいつものとは一味違う雰囲気仕上げております。ほのかに香るはちみつの風味を感じながらお楽しみください。</p>	<p>9月8日(水)昼食 『煮味噌』 [愛知県郷土料理]</p>  <p>煮味噌は愛知県の郷土料理です。愛知県では赤味噌を使った料理がたくさんありますが、煮味噌は各家庭で具材が異なりバリエーションが豊富な家庭料理です。ナリコマの煮味噌は、大根・人参といった根菜を赤味噌でじっくりと煮込みました。コクがあり、濃厚な味わいが特徴です。</p>	御飯 いわしボール ひじきと豆のマヨサラダ 味噌汁(小松菜・えのき)	御飯 プレーンオムレツ(コンソメソース) ほうれん草としめじのピリ辛和え 味噌汁(里芋・わかめ)いりこ風味	御飯 ベーコンとじゃがいもの煮物 カリフラワーとアスパラのパンパンドレサラダ 味噌汁(キャベツ・しいたけ)	御飯 千草焼き 白菜と大根葉の洋風お浸し 味噌汁(ごぼう・油揚げ)	御飯 かにボール キャベツとニラの麩ナムル和え 味噌汁(大根・白ねぎ)
			御飯 さけのクリームソースかけ 絹揚げとふきの煮物 赤だし(なす) フルーツ(黄桃缶・白桃缶)	御飯 さわらの煮付け 大根と豚肉の炒め物 キャベツとパプリカのマヨサラダ 味噌汁(しろな・白ねぎ)	御飯 とんかつ(おろしあん) 白菜とちくわの塩煮 味噌汁(玉ねぎ・人参) さくら漬	大豆と鶏肉のキーマカレー 大根とハムのピーナツドレサラダ フルーツ(パイン缶・バナナ)	御飯 さばの西京焼き 山芋と油揚げの煮物 ブロッコリーとパプリカのアイランドドレサラダ すまし汁(チンゲン菜・かまぼこ)
			クリームコンフェ	手作りきなこソフトマフィン	手作りミルクまんじゅう(白あん)	マロンクリームワッフル	手作りココアシフォンカップケーキ
			御飯 豚肉と野菜の和風炒め 手作り味噌ごま豆腐 もやしといんげんの和え物 味噌汁(キャベツ・油揚げ)	御飯 鶏肉のマリネソース焼き 卵の花 白菜とカニカマの練りごま和え 味噌汁(大根葉・あさり)	御飯 白身魚のソテー(野菜ソース) もやしと鶏肉の炒め物 味噌汁(豆腐)白味噌仕立て 洋なし缶のはちみつジュレ	御飯 焼きあじの南蛮漬 れんこんと絹揚げの煮物 さつまいものサラダ 味噌汁(ほうれん草・もやし)	御飯 豚肉の山椒煮 いかふくさ焼き うまい菜の塩ごまダレ和え 味噌汁(しいたけ・なめこ)
日付	6	7	8	9			
朝A	御飯 ミートオムレツ いんげんとちくわの白和え 味噌汁(里芋・人参)	御飯 つみれ揚げの煮物(白身魚) もやしとコーンの和風ドレサラダ 味噌汁(小松菜・あさり)白味噌仕立て	御飯 ほうれん草とウインナーのソテー カリフラワーとパプリカのバジルドレサラダ 味噌汁(ごぼう・しいたけ)	御飯 ホッケの塩焼き しろなとえのきの豆乳和え 味噌汁(キャベツ・人参)			
	ゆかり御飯 かれの揚げ物(きのこソース) キャベツと豚肉の炒め物 胡瓜のごま酢和え 味噌汁(玉ねぎ・もやし)	御飯 肉じゃが(牛肉) やっこ(だし醤油) 味噌汁(白ねぎ・わかめ) フルーツ(洋なし缶・黄桃缶)	親子丼 煮味噌[愛知県郷土料理] キャベツとちくわの塩レモンドレサラダ すまし汁(おくら・巻麩)	ちらし寿司 なすの揚げ浸し いんげんと平天のごまドレサラダ 味噌汁(大根・油揚げ)			
	ファンシーケーキ	フルーツムース(みかん)	手作りガレット(りんごジャム)	手作り栗あんまんじゅう(粒入り)			
	御飯 レモンチキン ごぼうと平天の煮物 かぼちゃと枝豆のサラダ 味噌汁(白菜・油揚げ)いりこ風味	御飯 ホキのグリル(マスタードタルタルソース) 白菜と鶏肉の塩だしとろみ炒め しろなとかまぼこのお浸し 味噌汁(ソーメン・花麩)	御飯 白身魚の揚げ浸し ひじきと豚肉の炒め煮 味噌汁(白菜・大根葉) マンゴー缶	御飯 豚肉のオイスターソース炒め たこふくさ焼き もずく酢 味噌汁(小松菜・もやし)麦白味噌仕立て			

常食(御飯食) 献立だより 2021年9月 ◇②◇

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付					10	11	12
朝A	<p>9月14日(火)昼食 『クープイリチー』 [沖縄県郷土料理]</p>  <p>クープ(昆布)イリチー(炒め物)という名前の由来がある沖縄料理です。細切りにした昆布をかつおと豚肉の出汁で炒め煮にしたものです。もとはお祝い事などのハレの日に欠かせない縁起の良い料理で、冷めても美味しくお召し上がり頂けるのが特徴です。</p>	<p>9月18日(土)昼食 『えび味噌ラーメン』</p>  <p>皆様にご好評いただいているラーメンシリーズですが、今回新商品が登場します。豚と鶏のだしを効かせた味噌ラーメンスープにえび粉末を加え、ほんのりとえびの香る味噌ラーメンです。ちょっとリッチな味わいでお楽しみいただけます。ぜひご賞味下さい。</p>			御飯 照り焼き風肉団子 ブロッコリーとちくわのミルク和え 味噌汁(白菜・わかめ)白味噌仕立て	青菜雑炊(うまい菜) 絹揚げの鶏そぼろ煮 もやしとしいたけの白ごま和え ちりめん山椒	御飯 磯巻き卵 キャベツとなめこの和え物 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ)
			御飯 鶏肉の梅風味焼き 高野豆腐のサイコロ煮 味噌汁(玉ねぎ・しめじ) みかん缶	御飯 白身魚の香草パン粉焼き <small>(オ-ロソース)</small> 切干大根と鶏肉の煮物 味噌汁(なす)いりこ風味 ヨーグルト	御飯 ハンバーグ(ドミソース) 大豆煮 チンゲン菜と平天の塩麴ドレ和え 味噌汁(わかめ・人参)		
			手作りコーヒゼリー <small>(ホイップクリーム添え)</small>	手作りぜんざい(もち麴)	手作り黒ごまみたらし餅 <small>(やわらか餅)</small>		
			御飯 おでん キャベツとツナの炒め物 アスパラのピーナッツドレサラダ	御飯 八宝菜 えびシューマイ ほうれん草と油揚げの塩ポン和え 味噌汁(じゃがいも・白ねぎ)	御飯 赤魚の煮付け 金平ごぼう スパゲティーサラダ 味噌汁(あさり・白菜)		
日付	13	14	15	16	17	18	19
朝A	御飯 シイラのマスタード焼き 白菜といんげんの塩ごま和え 味噌汁(しろな・しめじ)	御飯 だし巻き卵 ほうれん草のパンパントレサラダ 味噌汁(じゃがいも・人参)	御飯 筑前煮 もやしとコーンのごまドレサラダ 味噌汁(大根・わかめ)	御飯 小松菜とウインナーのソテー キャベツと大根葉の和え物 味噌汁(あさり・絹揚げ)いりこ風味	御飯 ほうれん草のオムレツ カリフラワーとピーマンのバジルドレサラダ 味噌汁(里芋・玉ねぎ)白味噌仕立て	御飯 ホッケのグリル いんげんと玉ねぎのスローサラダ 味噌汁(白菜・人参)	御飯 白菜とベーコンの豆乳煮 もやしとピーマンのピリ辛和え 味噌汁(大根・大根葉)
	御飯 お好み焼き(豚肉) れんこんとちくわの炒め生酢 味噌汁(もやし・ニラ)白味噌仕立て ぶどう(巨峰)	御飯 さばの味噌煮 クープイリチー[沖縄県郷土料理] 胡瓜の甘酢和え すまし汁(白菜・白ねぎ)	御飯 さけの塩焼き 白菜と平天の炒め煮 ブロッコリーの梅和え 味噌汁(油揚げ・えのき)	えび炒飯 鶏の唐揚げ 大根とアスパラのりんごドレサラダ 中華スープ(ザーサイ・かまぼこ・ニラ)	御飯 さわらの鳴門煮 もやしと鶏肉の炒め物 ブロッコリーとコーンのピーナッツドレサラダ 味噌汁(チンゲン菜・油揚げ)	御飯 えび味噌ラーメン 大根と豚肉の炒め物 マンゴー缶	御飯 鶏肉と里芋の煮込み やっこ(醤油) キャベツの塩麴ドレサラダ 味噌汁(玉ねぎ・うまい菜)
お	手作りチョコプリン <small>(ホイップクリーム添え)</small>	手作りスイートポテト	カルシウムせんべい グリーンティー	手作り紅茶パウンドケーキ	雅桃山 上新あん	レモンかすてら	手作り柿ミックスゼリー
夕	御飯 牛皿 千草焼き ブロッコリーとかまぼこの香味ドレ和え 味噌汁(キャベツ・大根葉)	御飯 高野豆腐の炊き合わせ キャベツと焼き豚の炒め物 味噌汁(玉ねぎ・しいたけ) のり佃煮	御飯 ポークチャップ 冬瓜の煮物 味噌かきたま汁 色寒天(黄桃缶添え)	御飯 白身魚のソテー(コンソメソース) 大豆とちくわの煮物 ポテトサラダ 味噌汁(白菜・しいたけ)	御飯 豚肉のプルコギ風/かにシューマイ かぼちゃの含め煮 味噌汁(ごぼう・白ねぎ) キャベツの浅漬け風	御飯 肉団子の和風あんかけ 高野豆腐のサイコロ煮 胡瓜の土佐酢和え 味噌汁(じゃがいも・しいたけ)	御飯 ホキのピカタ(トマトソース) ほうれん草と豚肉の炒め煮 マカロニサラダ 味噌汁(油揚げ・白ねぎ)

常食(御飯食) 献立だより 2021年9月 ◇③◇

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付	20	21	22	23	24	25	26
朝A	御飯 プレーンオムレツ(きのこソース) アスパラとちりめんのお浸し 味噌汁(あさり・人参)いりこ風味	御飯 しろなとウインナーのソテー さつまいものサラダ 味噌汁(玉ねぎ・もやし)	御飯 白身魚の厚揚げの煮物 チンゲン菜の白ごま和え 味噌汁(えのき・しいたけ)	御飯 カニカマ入りだし巻き卵 アスパラの香味ドレサラダ 味噌汁(キャベツ・筍)	御飯 ポロニアソーセージ 白菜と大根葉の豆乳和え 味噌汁(うまい菜・あさり)	ちりめん雑炊 里芋と豚肉の煮物 いんげんと平天の麴ナムル和え りんご	御飯 メヌケの焼き浸し ひじきと豆のマヨサラダ 味噌汁(しろな・油揚げ)
	松茸御飯 刺身盛り 大根と鶏肉の利休煮 ブロッコリーのおからサラダ すまし汁(かまぼこ・わかめ)	御飯 さんまの生姜煮 なすの田楽(白味噌田楽) 大根と人参の柚子生酢 すまし汁(もち麩・ほうれん草)	チキンカレー キャベツとツナのりんごドレ和え 黄桃缶のピーチジュレ	さけフレーク丼 絹揚げと昆布の煮物 かぼちゃのサラダ 味噌汁(チンゲン菜・しめじ)白味噌仕立て	御飯 牛肉コロッケ(濃厚ソース) 枝豆とベーコンの塩バターソテー 味噌汁(わかめ・白ねぎ)いりこ風味 梨	御飯 さばの南部焼き 切干大根の煮物 豆腐の味噌ダレかけ かきたま汁	御飯 豚肉の香味炒め 一口がんもの煮物 味噌汁(白菜・わかめ) きざみ高菜
お	手作り紅白まんじゅう	手作りプリン(塩ミルクソース)	手作りチョコマドレーヌ	おはぎ	手作りパウンドケーキ	手作りおしろこ(あられ)	手作り抹茶シフォンカップケーキ
夕	御飯 回鍋肉 枝豆がんもの煮物 おくらのとろろ和え はちみつねり梅	御飯 ハンバーグ(和風ソース) 里芋と平天の煮物 味噌汁(白菜・大根葉) フルーツ(パイン缶・みかん缶)	御飯 白身魚のグリル(和風バターソース) 金時豆煮 玉子豆腐 豚汁(豚肉・白ねぎ・油揚げ)	御飯 豚大根 いかふくさ焼き ほうれん草となめこの塩ポン和え 味噌汁(おくら・おつゆ麩)	御飯 いわしの山椒煮 卵の花 ブロッコリーとパプリカのスローサラダ 味噌汁(大根・人参・鶏肉)	御飯 クリームチキン 冬瓜の炒め煮 うまい菜とかまぼこのごまドレサラダ 味噌汁(キャベツ・ニラ)	御飯 擬製豆腐 れんこんとちくわの金平 赤だし(大根・玉ねぎ) マンゴー缶
	日付	27	28	29	30		
朝A	御飯 鶏つみれ キャベツとしめじの和え物 味噌汁(里芋・人参)麦白味噌仕立て	御飯 洋風だし巻き卵 大根のバジルドレサラダ 味噌汁(白菜・絹揚げ)	御飯 もやしとウインナーのソテー チンゲン菜とえのきのピーナツ和え 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	御飯 大根とベーコンのクリーム煮 ブロッコリーのピリ辛和え 味噌汁(キャベツ・ちくわ)いりこ風味	<p>9月20日(月)昼食 『松茸御飯』 敬老の日</p>  <p>9月21日(火)おやつ 『手作りプリン』 十五夜 (塩ミルクソース)</p> 		
	昼	稲荷寿司 あんかけにゅうめん チンゲン菜とツナの炒め物 フルーツ(黄桃缶・白桃缶)	御飯 赤魚の照り煮 豚肉の塩だれ炒め 胡瓜の酢の物 味噌汁(かぼちゃ)	そぼろと卵の二色丼 キャベツとあさりの炒め物 マカロニサラダ 味噌汁(ごぼう・油揚げ)			
お	手作りきなこプリン(ホイップクリーム添え)	バウムクーヘン	手作りあんシュー(こしあん)	手作りキャラメルパウンドケーキ(パイン)	<p>敬老の日が祝日になったのは約50年前だそうです。1947年の9月15日に行われた敬老会が「としよりの日」と言われそこから現在の祝日に至ったそうです。そんな敬老の日には風味豊かな松茸御飯をお出しします。いつもの炊き込み御飯との違いを味わって下さい。</p> <p>プリンを月に、塩ミルクソースを月にかかる雲に見立てた、中秋の名月をイメージしたおやつです。塩ミルクソースのさわやかな塩味がプリンの味を引き立てます。十五夜にぴったりのおやつです。見た目も味も楽しみながらお召し上がり下さい。</p>		
夕	御飯 ホツケの塩麴焼き じゃがいもと豚肉の煮物 ブロッコリーと平天の練りごま和え 味噌汁(もやし・白ねぎ)	御飯 鶏肉のねぎ味噌焼き 小松菜とかまぼこの炒め煮 すまし汁(キャベツ・しいたけ) ヨーグルト(はちみつソース)	御飯 さわらの若狭焼き ひじき大豆 味噌汁(大根・大根葉)白味噌仕立て オレンジ	御飯 かれいの生姜煮 ふかしじゃがいも(コーン) アスパラとなめこのお浸し 味噌汁(わかめ・人参)			