

# 夕食献立表

2024年

9月1日～9月30日

行事食

16日 敬老の日

1日(日)
鶏のケチャップ煮
じゃこピーマン
大豆サラダ
すまし汁
御飯

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
鯖みりん	鶏の山椒焼き	とんかつ	魚の塩麹焼き	とり天	魚のトマトソース
糸コンのタラコ炒め	ナスとオクラの炒め物	ちくわと昆布の煮物	ピーマンとじゃが芋のオイスター炒め	里芋田楽	ブロッコリーのカレーマヨ炒め
人参とワカメの酢の物	桜エビの酢の物	小松菜の野沢菜風	みょうがの酢の物	トマトサラダ	スパゲティサラダ
オクラの味噌汁	麩の味噌汁	すまし汁	青菜の味噌汁	大根の味噌汁	コンソメスープ
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
お好み焼き	麻婆厚揚げ	アジフライ	肉じゃが	魚の梅しそ焼き	焼きうどん
がんも煮	じゃこじゃが	厚揚げのエノキ煮	明太子スパゲッティ	青菜の中華炒め	高菜炒め
はりはり漬け	きゅうりの生姜酢	白菜のおかか和え	海藻サラダ	かぼちゃとさつま芋のサラダ	トマトのマリネ
白菜の味噌汁	ワカメスープ	じゃが芋の味噌汁	キャベツの味噌汁	エノキの味噌汁	麩の味噌汁
混ぜ御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)
鶏の甘酢照り焼き	魚の幽庵焼き	散らし寿司	チンジャオロース	タラのパン粉焼き	ハンバーグ
小松菜とちくわの炒め煮	ナスとピーマンの炒め物	炊き合わせ	かぼちゃ煮	ナポリ風スパゲッティ	フキと厚揚げの炒り煮
カニカマの酢の物	白菜とワカメのゴマ酢和え	ゴーヤとオクラの和え物	春雨の中華サラダ	青菜の磯和え	もやしとハムのサラダ
ナスの味噌汁	キャベツの味噌汁	すまし汁	すまし汁	ニラの味噌汁	コンソメスープ
御飯	御飯	フルーツ寒天	御飯	御飯	御飯

20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)
魚の酢豚風	きつねうどん	白身フライ	牛肉のおろし煮	魚のあんかけ	プルコギ風
切干大根	かき揚げ	ブロッコリーのカニあんかけ	がんも煮	エビの春雨煮	じゃが芋明太
青菜と桜エビのお浸し	ナスとトマトの甘酢	源平なます	人参のマリネ	かぼちゃサラダ	ワカメの酢の物
麩の味噌汁	つゆ	ニラの味噌汁	さつま芋の味噌汁	大根の味噌汁	なめこの味噌汁
御飯	炊き込み御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)
魚の味噌煮	鶏のレモン焼き	豚肉と厚揚げのカレー炒め	魚のソテー	瓦そば
里芋のそぼろ煮	切干とひじきの煮物	さつま芋煮	肉団子のケチャップ煮	ちくわの磯辺揚げ
しめじのポン酢和え	レタスサラダ	ナムル	キャベツの昆布和え	もやしの中華和え
すまし汁	しめじの味噌汁	すまし汁	すまし汁	つゆ
御飯	御飯	御飯	御飯	生姜御飯

商品の都合により、献立が変更することがあります。  
夕食は午後7時までにお召し上がりください。

(有)ゴールデン・エイジ・サービス  
TEL 255-2005