

昼食献立表

2024年

9月1日～9月30日

行事食

16日 敬老の日

1日(日)
魚の煮付け
かぼちゃのきんぴら
チンゲン菜のゴマ酢和え
ニラの味噌汁
御飯

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
冷しゃぶ	魚の南蛮	豚南蛮そば	スタミナ炒め	魚の磯辺焼き	ガリ бата鶏
ジャーマンポテト	切干大根	かき揚げ	高野豆腐の含め煮	フキと厚揚げの炒り煮	ひじきと大豆の煮物
マカロニサラダ	辛子和え	キャベツのしば漬け和え	ワカメと春雨の酢の物	切干とほうれん草のサラダ	小松菜の梅とろろ昆布和え
すまし汁	じゃが芋の味噌汁	つゆ	中華スープ	さつま芋の味噌汁	なめこの味噌汁
御飯	御飯	ワカメ御飯	御飯	御飯	御飯

8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
魚の竜田揚げ	豚の生姜焼き	肉団子の甘酢	魚のおろし煮	鶏のハニーマスタード焼き	三色丼
青菜と厚揚げの炒め物	冬瓜と油揚げの煮物	キャベツの生姜炒め	もやしとニラの炒め物	チリコンカン	揚げ出し豆腐
オクラと山芋の和え物	ちくわの酢の物	ゴマ和え	シーザーサラダ	クラゲの酢の物	ナスときゅうりのゆかり甘酢
すまし汁	椎茸の味噌汁	麩の味噌汁	すまし汁	しめじの味噌汁	すまし汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	フルーツ

14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)
鮭フライ	牛肉と厚揚げの甘辛煮	魚の塩焼き	回鍋肉	魚の生姜煮	鶏の唐揚げ
チャプチェ風	じゃが芋とツナの煮ころがし	ナスのあんかけ	大学芋	レンコンのきんぴら	ひじき煮
めた和え	サウザンサラダ	きゅうりと山芋のわさび酢和え	イカの酢の物	ブロッコリーの梅おかか和え	カリフラワーのカレー酢
エノキの味噌汁	すまし汁	しめじの味噌汁	中華スープ	なめこの味噌汁	すまし汁
御飯	御飯	赤飯	御飯	御飯	御飯

20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)
豚肉のゴマ味噌焼き	魚のカレームニエル	ポークチャップ	魚の西京焼き	麻婆茄子	八宝菜
ポトフ	糸コンのタラコ炒め	白菜とツナの煮浸し	じゃが芋のきんぴら	イカとアスパラの炒め物	市松煮
チョレギサラダ	ピーナッツ和え	オクラとなめ茸の和え物	キャベツのしば漬け和え	ひじきサラダ	茶そばサラダ
すまし汁	じゃが芋の味噌汁	すまし汁	椎茸の味噌汁	すまし汁	中華スープ
御飯	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)
ミートローフ	焼きそば	魚の甘酢あんかけ	鶏のこってり煮	エビフライ
ゴーヤチャンプルー	厚揚げのエノキ煮	大豆の五目煮	春雨の炒め物	人参しりしり
マカロニサラダ	小松菜の野沢菜風	ナスとみょうがの和え物	ゴボウサラダ	チンゲン菜のゴマ酢和え
ナスの味噌汁	麩の味噌汁	かぼちゃの味噌汁	オクラの味噌汁	豆腐の味噌汁
御飯	混ぜ御飯	御飯	御飯	御飯

商品の都合により、献立が変更することがあります。
昼食は午後2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