



平成28年度9月上旬献立予定表



	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日
	木 赤飯	金	土	日	月	火	水	木
昼食	赤魚のみりん焼き 大根の煮物 ミニ春巻き きのこマリネ ツキコンの煮物 小松菜の胡麻和え	鶏肉の生姜風味揚げ 野菜の炒め物 乱切り蓮根の煮物 ﾄﾞﾝ 竹の酢の物 揚げ出し茄子 春菊のおかか和え	鮭の外外ｽｰｽかけ フレンチポテト ｽﾊﾞﾅﾎﾘﾀﾝ 胡瓜のサラダ 大豆の五目煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘのｶﾞｰｼﾞｰ	ﾄﾝｶｯﾌﾞ 野菜のｷﾞﾔｯﾌﾟ ﾚｰ 丸天煮 ｲﾝｸﾞ ｺの煮物 ｽｰｽ焼きそば ｵｸﾗのおかか和え	秋刀魚のかば焼き がﾝもの煮物 豆苗とﾍﾞｰｺﾝのｼﾞｰ 里芋の柚子煮 ｽﾊﾞ ｶﾞｰﾗﾀﾞ 法連草の胡麻和え	鶏肉の照り焼き ﾎﾀﾃﾌﾗｲ ﾁﾔﾌﾞﾁｴ つきこん煮 ところてん 青梗菜のｼﾞｰ	さばの煮付け 人参の煮物 結び昆布煮 木耳のポン酢和え ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ 小松菜のお浸し	ほきの天ぷら しゅうまい ｷﾔﾊﾞ ｼﾞのｼﾞｰ ﾌﾞ ｷﾞﾘﾝのﾄﾞ ﾚｯｼﾞﾝｸﾞ 和え 蓮根の煮物 菜の花の炒め煮
夕食	豚肉の味噌炒め かぼちゃコロッケ ﾌﾞ ﾛｯﾌﾟﾘ-ﾝﾚｰ ﾌﾞ ｷﾞﾘﾝの芝漬け和え ぜんまいの煮物 ｵｸﾗのお浸し	あじの南蛮漬け 厚揚げの煮物 春雨の酢の物 肉じゃが 法蓮草のｺｰﾝﺻﾚｰ	松風焼き ｲﾝｸﾞ ｺのかき揚げ 竹輪の金平 きのこのﾊﾞ ｸﾞ-ｼﾞｰ ひじきのサラダ 青梗菜の胡麻味噌和え	さばのおろしかけ 半月蓮根煮 干草焼き 蒸し茄子の胡麻かけ 牛蒡のﾏﾖｺｼﾞ 小松菜の和え物	牛肉の焼き肉 ししゃも揚げ ﾎﾂﾃﾄﾞｻﾗﾀﾞ 切干大根の煮物 菜の花の和えもの	カレーのｱｶﾞ ﾚ風味揚げ 野菜炒め ささがき牛蒡煮 若芽の酢の物 麩のたまごとし 春菊のおひたし	豚肉の中華煮 出し巻たまご 金平こんにやく じゃが芋のｷﾞﾔｯﾌﾟ 煮 ｵｸﾗの胡麻和え	鶏肉の甘酢あんからめ ｶﾞﾌﾞ ｼﾞのｼﾞｰ 大根の昆布和え 丸天とぜんまいの煮物 法蓮草のｼﾞｰ
	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日	
	金 重陽の節句	土	日 散らし寿司	月	火	水	木	
昼食	肉豆腐 南瓜の天ぷら 錦糸卵入り雨のサラダ ｵｸﾗの山葵和え	ソフトイカフライ 小籠包 ｱｽﾊﾞﾗと玉葱のｼﾞｰ しめじと蒟蒻の煮物 ﾋｰﾝｽﾞｻﾗﾀﾞ 春菊の胡麻和え	鶏肉のレモン風味 野菜の炒め物 ｵﾓﾚｯｼﾞ 煮豆 冬瓜の煮物 法蓮草のお浸し	さばの山椒焼き コロッケ 野菜炒め 彩り豆のﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ 高野豆腐の餡かけ ｷﾔﾊﾞ ｼﾞのゆかり和え	カレーの天ぷら ｶﾞﾌﾞ ｼﾞの胡麻和え 大根煮 きのこﾊﾞ ｸﾞ-ﾝﾚｰ 山くらげの煮物 春雨の酢の物	鶏のから揚げ 竹輪の含め煮 ｲﾝｸﾞ-と玉葱のｼﾞｰ きんぴらごぼう 里芋の胡麻風味サラダ 小松菜の柚子和え	えびちり メンチカツ 三角蒟蒻煮 若芽の酢の物 しめじと大根の味噌煮 青梗菜の辛子和え	
夕食	あじの塩焼き ふきの煮物 チキンナゲット セロリのﾄﾞ ﾚｯｼﾞﾝｸﾞ 和え 里芋のそぼろ煮 青梗菜の和え物	ﾎｰｸﾁﾔｯﾌﾟ 干し海老のかき揚げ ﾌﾞ ﾛｯﾌﾟﾘ-ﾝﾚｰ 大根のえのき和え 小松菜のｼﾞ 和え	赤魚の生姜煮 焼き餃子 もやしのｺｯｼﾞ炒め 大根の昆布和え ﾄﾞ ｰﾔｯｼﾞﾝｸﾞ ﾚ 薩摩芋の甘煮	赤魚の生姜煮 ミニ春巻き 蓮根の煮物 ピーマンのしらす和え 昆布の煮物 茄子の揚げびたし	ﾊﾝﾊﾞ-ｸﾞ のｼﾞ ｷﾞ ﾚ-ｽ 南瓜の煮物 ｽﾊﾞﾝﾚｰ ﾎﾂﾃﾄﾞｻﾗﾀﾞ ひじきの炒め煮 ｵｸﾗのおかか和え	さわらの柚子ソース ｷﾔﾊﾞ ｼﾞのｺﾝﺻﾚｰ 茄子の天ぷら 木耳の酢の物 大豆の煮物 春菊のﾋﾞ- ﾅｯｼﾞ和え	玉子と厚揚げの含め煮 ｷﾔﾊﾞ ｼﾞのサラダ 枝豆入りひじき煮 ｷﾞﾘﾝとﾊﾞ- ｼﾞのｼﾞｰ	

*家庭料理をたいせつに皆様の健康に配慮し、野菜を沢山、栄養のバランスがよい献立にしております。何かご意見がありましたらご連絡下さい。

* メニューは仕入れの都合により変更になる場合があります。

* 当センターは国産米を使用しています。

* お弁当はお早めにお召し上がり下さい。また、食べ残した食事は後で食べないでください。

粕屋老人給食センター
福岡県高齢者福祉生活協同組合
092-933-0641