

デイサービスセンターぱーるラシック 令和8年9月献立表

	月	火	水	木	金	土
		9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日
昼食		肉団子 じゃがいも煮 豆と海藻のしそ風味 みそ汁 ご飯	牛すき煮 揚げ茄子のポン酢がけ チンゲン菜の煮浸し みそ汁 ご飯	台湾 ルーローハン 野菜の中華煮 ナムル 中華スープ 	鶏肉のから揚げ いか大根 セロリの浅漬け みそ汁 ご飯	豚キムチ さつまいもの彩り煮 人参とワカメのごま酢和え みそ汁 ご飯
おやつ		鳴門金時蒸しパン	バニラアイス	ぶどうカルピスゼリー	モンブランケーキ	どら焼き
	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日
昼食	赤魚の塩焼き 牛しぐれ煮 パストラミポークのサラダ みそ汁 ご飯	ハンバーグ じゃがいも煮 白菜の土佐酢和え みそ汁 ご飯 	豚焼肉 茄子の煮浸し おみ漬け みそ汁 ご飯	麻婆豆腐 ニンニクの芽のうま煮 大根と人参のナムル 中華スープ ご飯	そぼろ丼 さつまいも甘辛煮 ほうれん草の白和え みそ汁	チキンカレー 豆腐サラダ レモンゼリー
おやつ	スフレチーズケーキ	ラムネゼリー	たい焼き	ハニーフロマージュケーキ	レアチーズアサイーソース	ドーナッツ
	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日
昼食	かも南蛮そば 豚ひき肉とキャベツの カレー炒め くわいとワカメの酢の物 りんごコンポート	そぼろ丼 かぶの煮物 おみ漬け みそ汁 若菜ご飯	穴子散らし寿司 高野豆腐の含め煮 オクラと長芋の和え物 みそ汁	照り焼きチキン いかと里芋の和え物 きゅうりの酢の物 みそ汁 ご飯	ぶっかけうどん ちくわの磯部天ぷら カリフラワーのおかか和え ぶどうゼリー 	チキンステーキ 卵の花サラダ ミニコーンのバター炒め コンソメスープ ご飯
おやつ	抹茶アイス	ほうじ茶プリン	ティラミスケーキ	マラーカオ	水ようかん	カスタードクリームケーキ
	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日
昼食	麻婆春雨 ニンニクの芽のうま煮 ほうれん草のナムル 中華スープ ご飯	焼きそば チキンカツ 菜の花と湯葉の煮浸し みそ汁 	ブリの照り煮 はんぺんと大根の煮物 茄子のおかか和え みそ汁 ご飯	豚肉とブロッコリーの 中華炒め 海鮮しゅうまい 大根と人参のナムル 中華スープ ご飯 	かに散らし寿司 高野豆腐の含め煮 白花豆 みそ汁	ハヤシライス パストラミポークのサラダ パイナップル缶
おやつ	北海道チーズ蒸しパン	スフレチーズショコラケーキ	杏仁豆腐キウイソース	おやつ作り	冷たいフレンチトースト	ムーンライトガレットサンド
	9月28日	9月29日	9月30日			
昼食	アジの照り焼き 白菜とさつま揚げの煮浸し カリフラワーの甘酢漬け みそ汁 ご飯	白身魚フライ 小松菜のお浸し 青森県 なんばんみそ すまし汁 ご飯	くわい入り肉団子 さつまいもの彩り煮 キャベツの酢の物 みそ汁 ご飯			
おやつ	フルーチェ マンゴー	カステラ	黒ごまプリン			