



令和2年 9月 すみれ苑献立表

日	月	火	水	木	金	土
		1 煮込みハンバーグ コボウサラダ コンソメスープ いちごゼリー 白身魚のムニエル じゃが芋のオイスター炒め	2 白身魚の塩焼き 小松菜の生姜煮 味噌汁 抹茶まんじゅう オーブンオムレツ カレー風味炒め	3 白身魚の漬け蒸し 大根と厚揚げのごまだれかけ 清汁 水ようかん 夏野菜カレー/鶏肉のトマト煮込み アロコリーのサラダ	4 牛肉の醤油バター炒め 海藻サラダ コーンスープ ヨーグルト カスター ド ワッフル/ヨーグルト 鮭のちゃんちゃん焼風 薩摩芋の煮物	5 天麩羅 キャベツサラダ 味噌汁 栗あんパイ 豆腐のコロコロ炒め 青梗菜の煮物
6	7	8	9	10	11	12
豚肉と大根の甘辛煮 かぼちゃと卵のサラダ 清汁	カレイのパン粉焼き カレー炒め コーンスープ	あじフライ 卵と野菜のソテー 清汁	チキンタツタ 華風和え 中華スープ	花しゅうまい 大根サラダ 味噌汁	スタミナ丼/スタミナ炒め 大根とわらの塩昆布和え 味噌汁	サンマの生姜煮 キャベツの甘辛炒め 清汁
ゆずまんじゅう 鮭の塩焼き ツナじやが	たい焼きクリーム 千草焼卵 切干大根の炒め煮	プリン 牛肉のごまだれ焼き 煮茄子 ヨーグルト	ぶどう 鯖の味噌煮 おぼろ豆腐のあんかけ	りんごゼリー 鮭のチーズ焼 土佐酢和え	バニラクロワッサン 白身魚のネギソース 炒り豆腐	フルーチェいちご 鶏肉の味噌漬焼 ほうれん草のごま白和え ヨーグルト
13	14	15	16	17	18	19
八宝菜 小松菜のゆず風味和え 味噌汁	ゆで鶏 春雨サラダ かきたま汁	肉団子 酢味噌和え わかめスープ	白身魚のおろしソースかけ 中華風サラダ 清汁	サーモンフライ 南瓜サラダ コンソメスープ	カレイの煮付け 酢の物 かき玉汁 ヨーグルト	チキンカレー/鶏肉の洋風煮込み 大豆サラダ
ベビーシューティング たらの卵とじ 豆腐のおろし煮	酒まんじゅう 魚の味噌焼 炊き合わせ	ミルクプリン 鯵の塩麹焼き 彩り豆腐炒め	ブルーベリーマフィン/ヨーグルト 鶏肉の炒め物 里芋の田楽 ヨーグルト	いちごムース	長崎カステラ	南瓜まんじゅう
20 敬老の日	21	22	23	24	25	26
焼肉 コボウサラダ 味噌汁	栗ご飯 太刀魚の西京焼 六角里芋の炊き合わせ 清汁	アリの竜田揚げ 白菜の酢の物 清汁	豚肉の炊いたん ひじきの炒め煮 味噌汁 納豆	ミニチカツ コンソメポテト 清汁	そば(冷)/すき焼き風炒め物 南瓜と挽肉の甘辛炒め ヨーグルト	エビマヨ 中華風酢の物 味噌汁 ヨーグルト
レモンケーキ 白身魚の山椒焼 冬瓜のそぼろあんかけ	紅白饅頭	コーヒーゼリー	お誕生日会	ぶどうゼリー	パンオブルーベリー	フルーチェオレンジ
ナスの揚げ浸し	鶏じやが たまご豆腐	鰯の香味焼き 煮奴	鮭のごましそ焼 高野豆腐の卵とじ	カレイの味噌ヨネーズ焼き 厚揚げのあんかけ	クリームチーズ	青菜のオイスター炒め
27	28	29	30			
白身魚のムニエル 南瓜のそぼろあんかけ コンソメスープ	鶏肉の胡麻煮 焼きナス 味噌汁	親子丼/親子煮 うま煮 味噌汁	白身魚の唐揚げ ほうれん草のごま白和え かきたま汁			
スイートポテト 豚のおろし煮 卯の花	ココアワッフル	杏仁豆腐	鯛饅頭			
	サバの生姜煮 大根とツナの煮物 ヨーグルト	タラの漬け蒸し 炒り豆腐 ヨーグルト	白菜と豚肉の豆乳煮込み 煮物			

