

2022年 9月の予定献立表 (中期食)

日	曜	昼食	おやつ
1	木	おかゆ 白菜スープ 鶏肉とキャベツの煮物	おかゆ すまし汁 豆腐と野菜のうま煮
2	金	混ぜ粥 大根のすまし汁 白身魚とほうれん草の煮物	おかゆ 豆乳スープ 鶏肉と大根のだし煮
3	土	おかゆ 白菜スープ 鶏肉と野菜のうま煮	おかゆ すまし汁 しらすとキャベツの煮物
4	日		
5	月	おかゆ 野菜スープ 豆腐のそぼろ煮	おかゆ チンゲン菜のすまし汁 しらすと人参のだし煮
6	火	おかゆ すまし汁 白身魚と小松菜の煮物	おかゆ 玉ねぎスープ 鶏肉とじゃがいものトマト煮
7	水	おかゆ 豆乳スープ 鶏肉と大豆のうま煮	おかゆ すまし汁 しらすと小松菜の煮物
8	木	おかゆ すまし汁 鶏肉とかぼちゃの煮物	おかゆ かぼちゃのスープ 豆腐の野菜煮
9	金	おかゆ 白菜スープ 鶏肉と野菜のだし煮	おかゆ キャベツのすまし汁 白身魚とさつまいものやわらか煮
10	土	そぼろうどん 大根の煮物 バナナ	おかゆ すまし汁 鶏肉と野菜のうま煮
11	日		
12	月	おかゆ 大根のすまし汁 鶏じゃが	おかゆ 玉ねぎスープ 白身魚のトマト煮
13	火	おかゆ 野菜スープ 白身魚と小松菜の煮物	さつまいも粥 すまし汁 鶏肉の彩り煮
14	水	おかゆ 豆腐のすまし汁 鶏肉とほうれん草のトマト煮	おかゆ キャベツスープ しらすとじゃがいものだし煮
15	木	パン粥 かぼちゃの豆乳スープ 鶏肉とじゃがいもの彩り煮	おかゆ すまし汁 豆腐とかぼちゃのやわらか煮
16	金	おかゆ キャベツのすまし汁 鶏肉と豆腐のやわらか煮	パン粥 トマトスープ しらすと野菜の煮物
17	土	おかゆ 豆腐のすまし汁 鶏肉のだし煮 オレンジ	おかゆ 野菜スープ 豆腐と玉ねぎのうま煮
18	日		
19	月	敬老の日	
20	火	おかゆ 白菜スープ しらすののろろ煮	おかゆ すまし汁 鶏肉とじゃがいもの含め煮
21	水	トマト粥 玉ねぎスープ 鶏肉とじゃがいもの煮物 りんご	おかゆ 野菜スープ 豆腐の野菜煮
22	木	おかゆ チンゲン菜スープ 鶏肉のうま煮	おかゆ すまし汁 白身魚とじゃがいもの和風煮
23	金	秋分の日	
24	土	おかゆ 大根のすまし汁 鶏肉のだし煮 バナナ	おかゆ 玉ねぎスープ しらすと大根の煮物
25	日		
26	月	おかゆ すまし汁 鮭とじゃがいもの煮物	おかゆ 野菜スープ 鶏肉のトマト煮込み
27	火	おかゆ かぼちゃのスープ 鶏肉とブロッコリーのだし煮	おかゆ 豆乳スープ 豆腐と野菜のやわらか煮
28	水	おかゆ 野菜スープ 豆腐と白菜ののろろ煮	おかゆ すまし汁 しらすとかぼちゃのうま煮
29	木	さつまいも粥 豆腐のすまし汁 白身魚とキャベツの煮物	おかゆ 野菜スープ 鶏肉と野菜のトマト煮
30	金	おかゆ キャベツのスープ 鶏肉と野菜のやわらか煮	おかゆ すまし汁 白身魚のだし煮

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

※いろいろな味や舌触りを楽しめるように食材の種類を少しずつ増やしていきましょう。