



9月 たいようの里 献立予定表



入所・ショートステイ

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------|---------------------------|-----------------------------|--------------|----------------------------|-------------------------------------|----------------|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | 赤飯 白身魚の山椒焼 etc... | 豚オイスターソース炒 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| がめ煮 | たらこクリームスパ | *麦ご飯* 鯨にんにく味噌煮 etc... | 油淋鶏 | エビと卵炒め | 三色丼 | スパイシーチキン |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 魚の梅肉焼 | カレイの煮付 | 塩焼きそば | ほっけのみりん焼 | ポークカレー | すき焼き風 | ぶいの照焼 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 豚肉ピリ辛炒 | ◇敬老の日◇ 親子ちらし etc... | 冷製鯨の南蛮漬 | 豚と卵の炒め物 | 冷やし中華 | 赤魚のおろし煮 | 鶏の唐揚げ |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 鯖の西京焼き | ハヤシライス | 八宝菜 | ほっけの塩焼き | ◇セレクト食◇ ・エビマヨ ・チキンカツ | *たいよう食堂* 焼うどん 和風パフェ etc... | 鯖のみりん焼 |

※写真はイメージです

管理栄養士より一言

9月に入り、少しは曇さもやわらいできますが水分補給はこまめにしてくださいね♪

