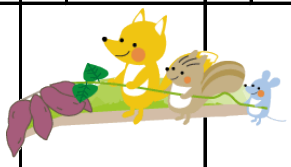
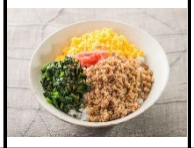
9月　たいようの里　献立予定表

入所・ショートステイ

日	月	火	水	木	金	土
						
1	2	3	4	5	6	7
赤飯 がめ煮 etc･･･	＊麦ご飯＊ さわらの西京焼き etc･･･	油淋鶏 	エビと卵炒め 	冷やし中華 	三色丼 	スパイシーチキン
8	9	10	11	12	13	14
魚のポン酢ソテー 	鯖の香味漬焼き 	塩焼きそば 	ほっけのみりん焼 	ポークカレー 	すき焼き風 	ぶりの照焼
15	16	17	18	19	20	21
豚肉ピリ辛炒 	◇敬老の日◇ 親子ちらし etc･･･	冷製鯵の南蛮漬 	＊たいよう食堂＊ ナポリタンスパゲッティ アボカド冷製スープ etc･･･	和風ハンバーグ 	魚の山椒焼き 	鶏の唐揚げ
22	23	24	25	26	27	28
ほきの香草焼き 	◇デザートセレクト食◇ 牛肉とにんにくの炒 ・パンプキンプリン ・白玉団子	八宝菜 	ハヤシライス 	鮭のちゃんちゃん焼 	なめこおろしうどん 	鯖のみりん焼
29	30					
ガリバタチキン 	豚オイスターソース炒 					

※写真はイメージです

管理栄養士より一言

9月に入り、少しは暑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♪