



デイサービス軽井沢 月間献立表



	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	
昼食	カレーライス スープ サラダ フルーツ	ご飯 みそ汁 タラのピカタ 長芋の白煮 サラダ	ご飯 みそ汁 赤魚の煮付け 焼き餃子 大根のツナ和え	ご飯 みそ汁 サワラの照り焼き 肉じゃが 小松菜のおひたし	ご飯 みそ汁 鶏肉と里芋の当座煮 ホタテと青梗菜の生姜炒め ほうれん草の白和え	ご飯 みそ汁 サバの味噌煮 肉野菜炒め 胡瓜とカニカマの和え物	
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	
	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	
昼食	ゆかり御飯 お吸い物 豚肉と厚揚げの旨煮 しめじとほうれん草のソテー 隠元の生姜醤油和え	ご飯 みそ汁 秋刀魚の塩焼き 肉団子とカブの煮物 ハムと胡瓜の青しそ和え	ご飯 みそ汁 助宗鱈の揚げ煮 ベーコンと青梗菜の炒め物 しめじと若布の酢の物	ご飯 かき玉汁 鮭の粕漬焼 がんもと椎茸の含め煮 アスパラの辛し和え	ご飯 豚汁 ブリのみりん漬焼 車麩と大根の煮物 おくらの生姜和え	ご飯 スープ ハムカツ 牛蒡とインゲンの煮物 サラダ	
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	
	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	
昼食	お赤飯(敬老の日) すまし汁 天ぷら盛り合わせ 豆腐とカニカマのあんかけ煮 デザート	ご飯 みそ汁 ホッケの塩焼き 切干大根と油揚げの煮物 長芋の梅和え	ハヤシライス スープ サラダ フルーツ	ご飯 スープ 豚肉の生姜焼き 五目巾着と椎茸の煮物 ブロッコリーの和え物	ご飯 みそ汁 肉団子の酢豚 舞茸と竹輪の煮物 白菜と若布のめんつゆ和え	稲荷寿司 すまし汁 サワラの西京漬焼 生揚げと大根の煮物 春菊と笹かまの甘酢和え	
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	
	9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	
昼食	ご飯 みそ汁 アジのもろみ漬焼 肉詰いなの含め煮 中華風かに玉	ご飯 みそ汁 鶏肉塩麴漬焼き 高野豆腐と大根の煮物 胡瓜とコーンの和え物	ご飯 みそ汁 とんてき 冬瓜と竹輪の煮物 キャベツの生姜和え	ご飯 みそ汁 鮭のみそマヨ焼き 角揚げと隠元の煮物 白菜とわかめの梅肉和え	ご飯 みそ汁 赤魚のつけ焼き 鶏肉とかぶのあんかけ 菜の花の酢の物	ご飯 かき玉汁 ホッケの塩焼き 和風ロールキャベツ ほうれん草のお浸し	
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	
	9月30日(月)						
昼食	栗ご飯 すまし汁 ハムカツ エビボールの煮物 冷奴						
おやつ	ヨーグルト						