2024年

東電パートナーズ
東電さわやかケアポートとしま・デイサービス
9月献立表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	銀だらの黄身焼き 豚肉の味噌漬け焼き 厚揚げと茄子のみぞれ煮 ごぼうの鶏そぼろ炒め タラモサラダ 清汁	鮭のホイル焼き チンジャオロース 里芋のそぼろあんかけ もやし・わかめ・トマトのお浸し マカロニサラダ 味噌汁	銀だらの西京焼き 牛肉の柳川風 じゃが芋のおかか煮 きのこと白菜のツナ炒め ブロッコリーのタラコマヨネーズかけ 清汁	鮭のマヨネーズ焼き 蒸し鶏野菜あんかけ 茄子とピーマンの炒め物 トマトとオクラの和え物 小松菜とひじきの梅だれ和え 味噌汁	金目鯛のさらさ蒸し 豚肉の生姜焼き じゃが芋とベーコンの炒め物 小松菜の卵とじ 春雨サラダ 味噌汁	カラスガレイの葱風味焼き 鶏の唐揚げ 豆腐のきのこあんかけ キャベツと卵の炒め物 卸し酢和え 味噌汁
	ロールケーキ	冷やしぜんざい	ぶどうゼリー	プリン	カスタードワッフル	栗蒸しようかん
8	9	10	11	12	13	14
	鮭の鍋照り焼き　大葉仕立て 餃子 五目豆煮 さつま芋の金平風 冷やしキャベツの煮浸し 味噌汁	鯖のピリ辛焼き はんぺん肉詰め煮 南瓜煮 ひじきと豆腐の炒め物 切干大根と胡瓜のサラダ 味噌汁	赤飯（北海道産大納言小豆使用） 鮭の揚げ卸し煮 鶏ももの角煮 がんもと里芋の煮物 冷やし焼き茄子 白和え 清汁 お誕生日会	銀だらの胡麻味噌かけ 豚肉と野菜の味噌炒め ひじき煮 小松菜・ハム・もやしの炒め物 南瓜サラダ 清汁	秋刀魚の竜田揚げ 鶏の照り焼き さつま芋の甘露煮 秋野菜と鮭の豆腐チャンプル ほうれん草の磯辺和え 味噌汁	鮭の和風バター焼き チキンカレー キャベツのスープ煮 茄子とピーマンの味噌炒め カリフラワーとパプリカのピクルス 卵スープ
	梨のカスタード焼き	マロンババロア	ショートケーキ＆紅茶	栗まんじゅう＆京あられ	あずきミルクプリン	さつま芋まんじゅう
15	16	17	18	19	20	21
	栗ご飯 金目鯛の煮付け 豚の角煮 茄子と海老の湯葉巻きの炊き合わせ 揚げ出し豆腐の野菜あんかけ ほうれん草と黄菊のお浸し けんちん汁	白身魚の蒸し物　菊と三つ葉のあんかけ 月見ハンバーグ お月見メニュー 里芋の甘味噌がけ だし巻き玉子　大根卸し添え 小松菜のなめ茸和え 清汁	カラスガレイの磯辺焼き 筑前煮 大根とさつま揚げの煮物 もやしのカレーソテー ほうれん草とトマトのツナ和え 味噌汁	鯖の味噌煮 鶏とひじきのつくね焼き 長芋のおかか煮 炒り豆腐 キャベツ・わかめ・胡瓜の胡麻酢和え かき玉汁	鮭の胡麻味噌焼き 肉じゃが 茄子の揚げ浸し もやしとにらの炒め物 胡瓜とわかめとかにかまの酢の物 清汁	カラスガレイの甘酢あんかけ ミートローフ チンゲン菜のクリーム煮 じゃが芋の炒め物 白菜と胡瓜の塩昆布和え 味噌汁
	紅白雪見だいふく	満月のケーキ	どら焼き	梨のコンポート	りんご入り芋ようかん	梨のカスタード焼き
22	23	24	25	26	27	28
	秋刀魚の塩焼き 鶏の卸し煮 里芋のおかか煮 卵とチンゲン菜の炒め物 小松菜のしらす和え 味噌汁	大海老フライ 鶏肉のパン粉焼き 茄子のそぼろ煮 ほうれん草のコーンソテー さつま芋のサラダ 味噌汁	鮭の生姜焼き すき焼き風煮 かぶと油揚げの煮物 小松菜の三色炒め チンゲン菜と春雨の和え物 味噌汁	金目鯛の卸し煮 鶏の葱味噌焼き 小松菜と厚揚げの煮物 トマトのひんやりマリネサラダ さつま芋の胡麻和え 清汁	カラスガレイの梅風味焼き 鶏の中華風鍋照り焼き さつま芋と刻み昆布の煮物 れんこんの炒め物 ブロッコリーと卵のサラダ 味噌汁	握り寿司食べ放題 （まぐろ、海老、サーモン、穴子、玉子） スペシャルメニュー 茶碗蒸し 里芋と茄子の味噌田楽 清汁
	二色おはぎ	フルーチェストロベリー	あんみつ	とろける杏仁豆腐	今川焼き	抹茶パフェ
29	30					
	鮭の葱風味焼き 野菜たっぷり八宝菜 南瓜のそぼろあんかけ 秋野菜のトマト煮 ほうれん草としめじのお浸し 味噌汁					
	栗かすてらまんじゅう					

ご家庭で、実は小さく切って食べています、などございましたら
ご遠慮なくお申し付けください。
こちらでも刻むなどの対応をさせていただきます。

※食材の都合で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください