



しんど老人保健施設 通所リハビリ献立表



	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)
献立	A冷やし中華 B御飯・豆腐の中華旨煮 牛肉コロッケ オレンジゼリー 中華スープ	御飯・中華スープ A豚肉と白菜の旨辛炒め煮 B鯖の利休焼き 春巻 もやしのドレッシング和え	御飯・清まし汁 Aかれいの旨だしあんかけ Bコロッケ・メンチ盛り合わせ 茄子の炒め物 菜の花の辛子和え
熱量	A594kcal B562kcal	A530kcal B520kcal	A485kcal B653kcal
おやつ	いちごクレープ	カステラ	もみじ饅頭

	9月4日(金)	9月5日(土)	9月7日(月)
献立	御飯・味噌汁 A鶏の唐揚げ B鯖の塩麴焼き たけのこの煮物 きのこのマリネ	御飯・味噌汁 Aたら照り焼き B厚揚げとニラのそぼろ炒め 里芋の煮物 キャベツの胡麻マヨ和え	御飯・味噌汁 Aホキの胡麻漬け焼き B牛肉のすき焼き煮 さつま芋グリルスティック 花野菜サラダ
熱量	A584kcal B579kcal	A461kcal B588kcal	A475kcal B564kcal
おやつ	パンケーキ(メープル)	あんバターまん	ロールケーキ(バニラ)

	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)
献立	御飯・味噌汁 A鶏肉の明太マヨ焼き Bカレイのソテーわさびクリーム きのこのソテー 白菜のめかぶ和え	御飯・中華スープ A海老と厚揚げのチリソース炒め Bハニーセサミチキン ブロッコリーのピーナッツ和え いちごゼリー	御飯・清まし汁 A白身魚の磯辺揚げ Bジャーマンオムレツ 大根の信田煮 青梗菜の和え物
熱量	A494kcal B424kcal	A570kcal B586kcal	A480kcal B496kcal
おやつ	ミニ白あんぱん	バウムクーヘン(チョコ)	ドームケーキ(カスタード)

	9月11日(金)	9月12日(土)
献立	御飯・味噌汁 A豆腐と枝豆のハンバーグ B鯖の西京焼き ごぼうのピリ辛炒め なめ茸和え	御飯・卵スープ A白身魚の中華風香味揚げ B豚肉の味噌ニンニク炒め 里芋の胡麻味噌煮 キャベツのさっぱり和え
熱量	A607kcal B469kcal	A559kcal B547kcal
おやつ	水ようかん	ミニエクレア





しんど老人保健施設 通所リハビリ献立表



	9月14日(月)	9月15日(火)	9月16日(水)
献立	御飯・清まし汁 A白身魚の野菜蒸し B鶏肉の胡麻ダレかけ 切干大根の煮物 胡瓜とわかめの味噌マヨ和え	御飯・中華スープ Aつくね焼き B鰯のみりん醤油焼き 茄子の中華風炒め 春雨和え	Aミートソーススパゲッティ B御飯・豆腐の中華旨煮 マセドアンサラダ オレンジゼリー コンソメスープ
熱量	A455kcal B538kcal	A495kcal B438kcal	A577kcal B527kcal
おやつ	ブッセ(チョコ)	パンケーキ(抹茶)	ピーナッツパン

	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)
献立	御飯・清まし汁 A鯖の味噌煮 B鶏肉のパン粉焼き もやしとピーマンの炒め物 大根の甘酢漬け	御飯・中華スープ A八宝菜 Bかに玉(醤油) 焼売 カリフラワーと胡瓜のサラダ	★イベント食★ 赤飯・清まし汁・梨 刺身 秋野菜の天ぷら 菊花和え
熱量	A555kcal B476kcal	A488kcal B513kcal	487kcal
おやつ	ロールケーキ(チョコ)	バウムクーヘン(プレーン)	季節和菓子

	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)
献立	御飯・味噌汁 Aチキン南蛮 Bホキのオーロラ焼き ひじきの炒り煮 キャベツサラダ	Aサラダうどん B御飯・豚キムチ 餃子 オレンジゼリー 清まし汁	御飯・コンソメスープ A煮込みハンバーグ B白身魚のバジル焼き 白菜とハムの無水バター煮 ピーチゼリー
熱量	A657kcal B447kcal	A573kcal B576kcal	A519kcal B433kcal
おやつ	ミニあんぱん	レモンケーキ	ブッセ(ホワイトクリーム)

	9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)
献立	御飯・味噌汁 A鶏肉の柚子胡椒焼き B赤魚の粕漬け焼き じゃが芋のそぼろ煮 カリフラワーの土佐和え	御飯・コンソメスープ Aミックスフライ B鶏肉と野菜のさっぱり炒め ラタトゥイユ マスカットゼリー	御飯・味噌汁 A鯖の粕漬け焼き B厚出し豆腐のおろしあんかけ 干草焼き 白菜の柚子風味和え
熱量	A518kcal B434kcal	A547kcal B504kcal	A505kcal B525kcal
おやつ	きなこ饅頭	紅茶ケーキ	塩饅頭