

2010年

9月の献立表

友一友(TEL 6877-1664)



| | | | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|--|--|---|---|---|--|---|
| | | | 1日(638カロリー) | 2日(606カロリー) | 3日(555カロリー) | 4日(654カロリー) |
| | | | ★焼売 ☆ミニおでん ☆焼き茄子 ☆赤飯 ☆デザート | ★鮭のムニエル ☆野菜の揚げ浸し ☆卵豆腐 ☆ご飯 ☆デザート | ★牛肉のしぐれ煮 ☆野菜の明太焼 ☆鉄骨サラダ ☆ご飯 ☆デザート | ★海老の天ぷら ☆煮なます ☆そうめんサラダ ☆ご飯 ☆デザート |
| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 8日(597カロリー) | 9日(621カロリー) | 10日(680カロリー) | 11日(515カロリー) |
| 5日(659カロリー) | 6日(585カロリー) | 7日(584カロリー) | ★鯛のホイル焼き ☆じゃが芋のそぼろ煮 ☆きゅうりとワカメの酢の物 ☆ご飯 ☆デザート | ★ミートローフ ☆冬瓜のあんかけ ☆焼き茄子 ☆ご飯 ☆デザート | ★カレーの煮付け ☆オムレツ ☆スパゲティサラダ ☆ご飯 ☆デザート | ★すき焼き ☆豆腐田楽 ☆青菜のお浸し ☆ご飯 ☆デザート |
| 12日(719カロリー) | 13日(526カロリー) | 14日(638カロリー) | 15日(564カロリー) | 16日(544カロリー) | 17日(612カロリー) | 18日(633カロリー) |
| ★鯛の照焼き ☆根菜マリネ ☆白和え ☆ご飯 ☆デザート | ★卵の豚肉巻 ☆ぜんまいの煮物 ☆蒸し茄子の胡麻和え ☆ご飯 ☆デザート | ★鮭の塩焼き ☆厚揚げの炊き合せ ☆ポテトサラダ ☆ご飯 ☆デザート | ★鶏の紅茶煮 ☆炒り豆腐 ☆ブロッコリーのわさび和え ☆ご飯 ☆デザート | ★鯖の柚庵焼き ☆宝袋 ☆青菜の胡麻和え ☆ご飯 ☆デザート | ★コロッケ ☆茄子の煮物 ☆なます ☆ご飯 ☆デザート | ★鯖の味噌煮 ☆厚蒸し卵 ☆うの花 ☆ご飯 ☆デザート |
| 19日(676カロリー) | 20日(562カロリー) | 21日(604カロリー) | 22日(576カロリー) | 23日(696カロリー) | 24日(628カロリー) | 25日(584カロリー) |
| ★牛肉の三色巻 ☆ひじきの煮物 ☆野菜サラダ ☆ご飯 ☆デザート | ★赤魚の天ぷら ☆高野豆腐の炊き合せ ☆青菜のお浸し ☆ご飯 ☆デザート | ★豚しゃぶ ☆茄子とピーマンの鍋しぎ ☆大根サラダ ☆ご飯 ☆デザート | ★鱧のあんかけ ☆筑前煮 ☆青菜のお浸し ☆ご飯 ☆デザート | ★鶏の味噌漬焼き ☆切干の煮物 ☆南瓜のサラダ ☆ご飯 ☆デザート | ★さんまの南蛮漬 ☆野菜の炊き合せ ☆青菜の胡麻和え ☆ご飯 ☆デザート | ★信田巻 ☆五日きんぴら ☆イカときゅうりの酢味噌和え ☆ご飯 ☆デザート |
| 26日(581カロリー) | 27日(685カロリー) | 28日(522カロリー) | 29日(621カロリー) | 30日(619カロリー) | | |
| ★カレーの煮付け ☆千草焼 ☆ナムル ☆ご飯 ☆デザート | ★焼肉 ☆里芋とイカの煮物 ☆和風サラダ ☆ご飯 ☆デザート | ★鯖のマヨネーズ焼き ☆胡麻豆腐 ☆小松菜の煮浸し ☆ご飯 ☆デザート | ★豚カツ ☆厚蒸し卵 ☆長芋の梅肉和え ☆ご飯 ☆デザート | ★鯖の塩焼き ☆八宝菜 ☆春雨の酢の物 ☆ご飯 ☆デザート | | |

★9月1日は『世界老人給食の日』です。友一友も“全国老人給食協力会”に加盟しています。

★お弁当は手渡しが原則ですので配達時間にはお家にいらして下さい！配達されたお弁当は2時間以内にお召し上がり下さい！