

令和7年8・9月盛り付け表

月		火		水		木		金	
8月25日	ツナとピーマンのソテー 肉じゃが ごはん MILK	26日	キムチピビンバ ヨーグルト トック ごはん MILK	27日	◎サバのソース煮 (1人1切れ) ◎ひじきの炒め煮 みそ汁 ごはん MILK	28日	人参シリシリ 和風カレーうどん 米粉パン ごはん MILK	29日	鶏肉と夏野菜の揚げ煮 五目汁 ごはん MILK
9月1日	牛丼 ウインナーと野菜のソテー ごはん MILK	2日	◎鶏肉の照り焼き (1人1切れ) ◎じゃがいもと野菜のソテー 肉入りワンタンスープ ごはん MILK	3日	◎アジの香味揚げ (1人1切れ) ◎大根の炒め煮 ほうれん草のスープ ごはん MILK	4日	チキンサラダ ☆チリコンカン コッパパン ごはん MILK	5日	豆乳プリンタルト 豚肉と野菜の香味だれ エビ団子スープ ごはん MILK
8日	ガパオライス 豆腐のスープ ごはん MILK	9日	◎蒸しぎょうざの酢醤油かけ (1人3ヶ) ◎チャブチエ にらとコーンのスープ ごはん MILK	10日	◎白身魚のレモンソース (1人1切れ) ◎小松菜のお浸し 冬瓜とベーコンのスープ ごはん MILK	11日	大根とささみのごまドレ和え スパゲッティナポリタン 減量バターロール ごはん MILK	12日	◎ちくわの磯辺揚げ (1人2本) ◎きんぴらごぼう みそ汁 ごはん MILK
15日	敬老の日 お花見	16日	タイ風あんかけごはん さっぱり和え ごはん MILK	17日	◎サケフライ (1人1切れ) ◎ひじきの炒め煮 みそ汁 ごはん MILK	腸内環境を整えよう！ 大腸は「第二の脳」といわれ、腸内環境の良し悪しで私たちの健康は左右されます。 腸内善玉菌の理想バランス 善玉20% : 日和見70% : 悪玉10%			
22日	◎とんかつ (1人2切れ) ◎キャベツのマリネ オニオンスープ ごはん MILK	23日	秋分の日 お花見	24日	◎サンマの塩焼き (1人1切れ) ◎筑前煮 みそ汁 ごはん MILK	25日	ツナとじゃがいもの和え物 ちゃんこうどん 米粉パン ごはん MILK	26日	☆大豆のキーマカレー チキンと野菜の和え物 ごはん MILK
29日	◎ミンチカツ (1人1切れ) ◎ほうれん草のごまだれ和え すまし汁 ごはん MILK	30日	手作り中華つくね (1人1切れ) 和風ポトフ ごはん MILK	今月のマナー目標 口を閉じて食事をしよう 食べる時に「音をたてて食事」をする事はマナー違反にあたります。口にもものを入れたらしっかり閉じてよく噛んで食べるようにしましょう。					