

かとれあ

1 週間の献立

2025年
(令和7年)

9月10日

～

9月16日

日	10	11	12	13	14	15	16
曜日	水	木	金	土	日	月	火
朝	主食	ご飯	ご飯		ご飯	ご飯	ご飯
	味噌汁 ロールパン	味噌汁 親子風オムレツ	味噌汁 炒り豆腐	スープ 菓子パン	味噌汁 はんぺんとかぼちゃ の煮付	味噌汁 れんこんの金平	味噌汁 鶏肉ともやしの サッ煮
	副食	バナナ	ブロッコリーサラダ	フルーツ缶	ごぼうと枝豆の サラダ	青梗菜の和え物	ポテトサラダ
		たくあん	ピーマンと春雨の 炒め煮 梅干し		鯛味噌	金時煮豆	ブロッコリーの 和え物
	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物
昼	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	特別	ご飯
	鶏肉の鍋釣り焼き	鯖の土佐酢漬け	白菜とむきえびの 中華炒め	鰯のゆかり揚げ	挽肉と茄子の 辛味炒め	京風散らし寿司	鶏肉の照り焼き
	玉ねぎの卵とじ	白いんげん豆の甘煮	ナムル	茄子の七味煮	里芋の味噌煮	長芋と鶏肉の旨煮	炒り菜
	副食	大根としらすの 酢の物	キャベツの 梅しそ和え	豆腐のすまし汁	大根の酢味噌和え	白菜の酢の物	蒸し茄子としらすの 酢の物
	雷汁	とろろ昆布の すまし汁	パイナップル	団子汁	中華スープ	オクラの味噌汁	さつま芋の味噌汁
夕	キウイフルーツ	コーヒー牛乳寒天		バナナ	ヨーグルト	コーヒー寒天	オレンジ
	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鯛のきのこ蒸し	すき焼き風煮	鮭の西京焼き	ポークシチュー	鯖の塩焼き	牛肉と根菜の味噌煮	シーフード炒め
	五目煮豆	茄子の カレー風味炒め	じゃが芋の 煮っころがし	切干とあさりの 炒り煮	ひじきの五目煮	茄子の ケチャップ炒め	厚揚げの甘辛煮
	副食	キャベツと炒り卵の 酢の物	茹で野菜サラダ	菜種和え	さつま芋とチーズの わさび風味サラダ	フレンチサラダ	オクラのおかか和え
夜	潮汁	かぼちゃの味噌汁	きのこ汁	オレンジジュース 寒天	うどん汁	かき玉汁	茄子のすまし汁

【ひとくちコメント】

特別

の印は特別メニューです

かとれあ畑では、一週間前に畑に移植した「秋採れきゅうり」がなんとか定着しました。台風による雨のおかげもあり、うまく根を張りツルを伸ばしています。巻きひげが伸びてきたので早く添え木の準備をしないといけなくなりました。今週後半は雨模様ですので、このまま一気に大きくなりそうで実を付けるのが楽しみです。オクラと茄子も毎日収穫出来ているので、今週の献立にたくさん取り入れています。15日は『敬老の日』です。この日の昼食に『京風散らし寿司御膳』をご用意致します。こんなに暑い敬老の日は経験したことが無いと思いますが、しっかり召し上がって頂いて、暑さを吹っ飛ばし、これからもかとれあでの生活を元気で過ごして下さい。



かとれあ畑の『秋採れきゅうり』