

2019年9月 予定メニュー表

片山学園 レストラン

2019年9月

日	曜日	献立名	使用している食品					
			赤 体をつくるもの		緑 体の調子を整えるもの		黄 熱や力になるもの	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
2	月	白身魚カレー風味揚げ バジルチキンサラダ ごはん 味噌汁 ベアシュークリーム	白身魚 鶏肉 卵	わかめ	にんじん かいわれ大根	たまねぎ きゃべつ きゅうり レッドオニオン えのき 山菜	米 スパゲティ	マーガリン
3	火	豚肉生姜焼き 春雨中華和え ごはん 味噌汁	豚肉 ロースハム うす揚げ 焼売		サニーレタス 小松菜	たまねぎ きゃべつ きゅうり きくらげ コーン	米 春雨	
4	水	鶏肉と秋野菜の甘酢炒め 白和え ごはん 味噌汁	鶏肉 さつまあげ 豆腐	ひじき	にんじん ピーマン きぬさや ほうれん草	しめじ エリンギ しいたけ たまねぎ	米 麩 さつまいも	ごま
5	木	肉野菜炒め 中華セット ごはん 味噌汁 みかんゼリー	豚肉 春巻き 餃子 うす揚げ		にんじん ピーマン ねぎ	たまねぎ きゃべつ レッドきゃべつ	米	
6	金	オムライスWソース サラダ スープ わらびもち	ウィンナー 卵	牛乳	サニーレタス にんじん	たまねぎ しめじ マッシュルーム きゃべつ コーン	米	マーガリン
9	月	鶏の唐揚げ 豆腐サラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 豆腐	わかめ	水菜 サニーレタス にんじん いんげん きぬさや	レモン きゃべつ たまねぎ きくらげ たけのこ マッシュルーム レタス ねぎ	米 スパゲティ	
10	火	カルボナーラ ヒレカツ パン ミルクレープ	ベーコン 卵 豚肉		ミニトマト	たまねぎ しめじ きゃべつ	パン スパゲティ	
11	水	麻婆豆腐 鶏唐揚げ ごはん 味噌汁 ダブルベリーケーキ	豆腐 豚肉 鶏肉 薄揚げ		水菜 にんじん	たまねぎ しいたけ しょうが にんにく ねぎ きゃべつ	米	
12	木	テリマヨチキンとカニ爪フライ サラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 かに 厚揚げ	牛乳	にんじん ブロッコリー 水菜 ミニトマト	きゃべつ しょうが コーン たまねぎ	米 じゃがいも	マーガリン
13	金	ハンバーグステーキソース いかと里芋の煮物 ごはん 味噌汁	挽肉 いか 薄揚げ		パプリカ にんじん ねぎ ほうれん草	きゃべつ	米 じゃがいも さといも	
17	火	油淋鶏 麻婆なす ごはん 味噌汁	鶏肉 焼売 豚肉 薄揚げ		パプリカ ねぎ	きゃべつ きゅうり しいたけ なす だいこん	米	
18	水	さばのカレー風味焼き グリルチキンサラダ ごはん スープ	さば 鶏肉 ウィンナー	わかめ	サニーレタス ピーマン パプリカ	たまねぎ レタス ねぎ レッドきゃべつ コーン	米 スパゲティ	
19	木	照り焼きバーガー フライドポテト コールスローサラダ コーンスープ	ハンバーグ ハム	牛乳	トマト にんじん サニーレタス	きゃべつ きゅうり コーン	パンズ じゃがいも	マヨネーズ
20	金	ポークすき焼き フライドチキン ごはん 味噌汁 フルーツ	豚肉 焼き豆腐 鶏肉		ミニトマト ねぎ	きゃべつ たまねぎ 白菜 なめこ フルーツ	米 麩 こんにゃく さといも	
24	火	酢鶏 春雨サラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 ハム		ピーマン パプリカ にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ きゅうり もやし	米 春雨	マヨネーズ
25	水	オムライスデミグラスソース 唐揚げ スープ 青りんごゼリー	ウィンナー 卵 鶏肉		にんじん 小松菜 貝割れ大根	たまねぎ きゃべつ	米	マーガリン
26	木	豚肉の竜田揚げ ひじき煮 ごはん 味噌汁	豚肉 焼売 大豆 薄揚げ		水菜 にんじん 枝豆	きゃべつ しめじ ひじき しょうが	米	
27	金	粒マスタードハンバーグ ツナサラダ ごはん 味噌汁	挽肉 ツナ	わかめ	水菜 ほうれん草	たまねぎ きゃべつ コーン えのき	米 じゃがいも スパゲティ	
30	月	ポークピザ風焼き かぼちゃサラダ ごはん 味噌汁 みかんゼリー	豚肉	チーズ	ピーマン サニーレタス かぼちゃ	たまねぎ きゃべつ コーン	米 じゃがいも	

※主な食材料名は食品の栄養的な特徴（働き）により、6つの食品群に分けています。

※食材の都合によりメニューを変更することがあります。ご了承ください。

アンケートご協力ありがとうございました。
みなさまのご要望にそえるように今月は、人気のあるメニューの回数を増やし、食べたいと回答していただいた献立を用意しております。
まだまだ、暑い日が続きますが、そろそろ新鮮な秋野菜もおいしい季節になってきました。