

9月 献立表

ショート(A)

	令和07年09月01日(月)	令和07年09月02日(火)	令和07年09月03日(水)	令和07年09月04日(木)	令和07年09月05日(金)	令和07年09月06日(土)	令和07年09月07日(日)
朝	御飯(160) 大根と鶏肉の煮物 いんげんのピーナツ和え みそ汁(玉葱・しめじ) ジョア	御飯(160) 厚揚げの甘辛煮 オクラの和風サラダ みそ汁(冬瓜・長葱) 乳酸菌飲料	御飯(160) 納豆 チンゲン菜炒め みそ汁(里芋・きぬさや) 牛乳	レーズンブレッド オムレツ ポテトサラダ コンソメスープ(にんじん・コーン) 牛乳	御飯(160) 角天の煮物 しらすと青菜の生姜和え みそ汁(もやし・葱) ヨーグルト	御飯(160) がんもの煮物 白菜の胡麻サラダ みそ汁(畑菜・おつゆ麩) 牛乳	御飯(160) 豆腐のそぼろがけ ほうれん草の和え物 みそ汁(オクラ・えのき) ジョア
昼	御飯(160) 揚げ豆腐の野菜あん さつまいものレモン煮 フルーツ缶(みかん) みそ汁(もやし・うずまき麩)	そぼろちらし寿司 豚肉と茄子の炒め物 苺ババロア お吸い物(花麩・えのき)	御飯(160) バサの七味焼き かぼちゃの煮物 フルーツ缶(洋梨) みそ汁(白菜・えのき)	御飯(160) 豚肉と玉葱の炒め物 大根と昆布の煮物 ピーチゼリー みそ汁(かぼちゃ・白葱)	御飯(160) かれないの煮付け 冬瓜のくず煮 ヨーグルトババロア みそ汁(若布・うずまき麩)	御飯(160) 鶏肉のケチャップ焼き かぶの洋風煮 パインゼリー コンソメスープ(えのき・コーン)	御飯(160) 赤魚の揚げ煮 ごぼうの甘辛炒め フルーツ缶(黄桃) みそ汁(かぼちゃ・大根葉)
おやつ	おかき きな粉	炭酸饅頭	ドームケーキ	どら焼き カスタード	さつまいも蒸しパン	マドレーヌ	杏仁豆腐
夕	御飯(160) メルルーサの味噌焼き かぶとつみれの炊き合わせ 畑菜のからし和え	御飯(160) 鶏肉のチーズ焼き 里芋の煮っころがし ほうれん草の和え物	御飯(160) かに入り卵焼き和風あんかけ ひじきの煮物 春雨サラダ	御飯(160) 赤魚のバターポン酢焼き 五目豆腐 白菜の和え物	御飯(160) 鶏肉のごま醤油焼き なすの含め煮 浅漬(きゅうり)	御飯(160) たらのチャンチャン焼き じゃが芋の含め煮 二色和え	御飯(160) 中華風卵焼き 焼きビーフン 青梗菜のナムル
	令和07年09月08日(月)	令和07年09月09日(火)	令和07年09月10日(水)	令和07年09月11日(木)	令和07年09月12日(金)	令和07年09月13日(土)	令和07年09月14日(日)
朝	御飯(160) じゃが芋のそぼろ炒め 青菜のお浸し みそ汁(大根・うずまき麩) ヨーグルト	御飯(160) 炒り豆腐 オクラとしらすの和え物 みそ汁(里芋・油揚げ) 牛乳	御飯(160) あんかけ五目玉子 カリフラワーの辛子マヨ和え みそ汁(しろな・おつゆ麩) 牛乳	黒糖ロール えびと青菜のバターソテー フルーツ缶(みかん) コーンスープ 乳酸菌飲料	御飯(160) じゃが芋とツナの炒め物 卵豆腐 みそ汁(しろな・若布) ジョア	御飯(160) かぶのそぼろ煮 白菜の海苔和え みそ汁(南瓜・玉葱) 牛乳	御飯(160) 納豆 大根の炒り煮 みそ汁(もやし・若布) ジョア
昼	おろし梅うどん 豆腐チャンプル なすの中華和え ピーチゼリー	御飯(160) バサのみりん焼き 白菜の煮浸し フルーツ缶(りんご) みそ汁(卵)	チキンカレー コールスローサラダ 香の物(福神漬) いちごゼリー	御飯(160) 麻婆豆腐 カニしゅうまい 杏仁ムース 中華スープ(青梗菜・人参)	御飯(160) バサの七味焼き ぜんまい煮 オレンジゼリー みそ汁(玉葱・かぶの葉)	御飯(160) シイラの照り焼き 里芋の煮物 抹茶ババロア みそ汁(かぶ・大根葉)	御飯(160) 焼き肉 ひじきの煮物 フルーツ缶(みかん) 吸い物(うずまき麩・ねぎ)
おやつ	レモンケーキ	焼きドーナツ	蒸しパン	味噌まんじゅう	かぼちゃ蒸しパン	ロールケーキ	どらやき こしあん
夕	御飯(160) さばの味噌煮 ベーコンともやしの炒め物 小松菜のごま和え	御飯(160) 豚肉の生姜焼き かぼちゃの甘煮 きゅうりと若布の和え物	御飯(160) たらの野菜あんかけ 牛蒡とあさりの炒め煮 大根の甘酢漬け	御飯(160) バサのマスタード焼き 冬瓜の土佐煮 しろなのなめたけ和え	御飯(160) チキンカツ かぶの煮物 ブロッコリーのマヨサラダ	御飯(160) ハンバーグ ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ	御飯(160) 鶏肉の玉葱ソース 青梗菜の煮浸し きゃらぶき
	令和07年09月15日(月)	令和07年09月16日(火)	令和07年09月17日(水)	令和07年09月18日(木)	令和07年09月19日(金)	令和07年09月20日(土)	令和07年09月21日(日)
朝	御飯(160) 野菜炒め ポテトサラダ みそ汁(豆腐・絹さや) 牛乳	御飯(160) 厚揚げと里芋の煮物 青菜のお浸し みそ汁(玉葱・大根葉) ヨーグルト	御飯(160) がんもの煮物 青梗菜の和え物 みそ汁(うまい菜・えのき) 牛乳	バターロール いちごジャム スクランブルエッグ カリフラワーサラダ パンピングスープ 乳酸菌飲料	御飯(160) チキンボールの甘酢あんかけ 春菊のお浸し みそ汁(玉葱・若布) ジョア	御飯(160) かぶの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(キャベツ・しめじ) ヨーグルト	御飯(160) つみれの煮物 春菊のおかか和え みそ汁(里芋・えのき) 牛乳
昼	赤飯・炊き合わせ 天ぷら(エビ・サツマイモ・ピーマン) 茶碗蒸し ケーキ 吸い物(花麩・ねぎ)	御飯(160) バサのムニエル ハムともやしのソテー フルーツ缶(マンゴー) 中華スープ(ほうれん草・椎茸)	御飯(160) ほきの香味蒸し かぶの含め煮 オレンジゼリー みそ汁(キャベツ・葱)	御飯(160) 豚肉の生姜焼き なすの含め煮 バナナムース お吸い物(素麺・葱)	かにちらし寿司 ベーコンともやしの炒め物 ☆フルーツヨーグルト③ 吸い物(花麩・ねぎ)	御飯(160) 豚肉と野菜のオイスター炒め かにしゅうまい 抹茶ババロア 中華スープ(卵・ねぎ)	御飯(160) さばの南蛮漬け 切干大根の炒め煮 パインゼリー みそ汁(青菜・若布)
おやつ	祝まんじゅう	バナナ蒸しパン	きなこパンケーキ	セレクトおやつ	バームクーヘン	黒糖饅頭	コーヒゼリー
夕	御飯(160) 赤魚のおろし煮 れんこんの煮物 ほうれん草の青じそ和え	御飯(160) 鶏肉のみそ漬焼き かぶのくず煮 いんげんのごま和え	御飯(160) チキンピカタ いんげんのソテー マカロニサラダ	御飯(160) メルルーサの香味焼き 大豆と昆布の煮物 白菜の和え物	御飯(160) 和風卵焼き レバー炒め 白菜ときのこの和風和え	御飯(160) 赤魚の煮付け かぼちゃのそぼろあんかけ しろなのわさび和え	御飯(160) 親子煮 小松菜とツナの和え物 きゃらぶき
	令和07年09月22日(月)	令和07年09月23日(火)	令和07年09月24日(水)	令和07年09月25日(木)	令和07年09月26日(金)	令和07年09月27日(土)	令和07年09月28日(日)
朝	御飯(160) 野菜炒め 温泉卵 みそ汁(畑菜・うずまき麩) 乳酸菌飲料	御飯(160) 厚焼きたまご 青菜のポン酢和え みそ汁(南瓜・葱) ヨーグルト	御飯(160) 納豆 大根の炒り煮 みそ汁(畑菜・うずまき麩) 乳酸菌飲料	レーズンブレッド オムレツ さつまいものサラダ コンソメスープ(キャベツ・しめじ) 牛乳	御飯(160) とりつくね キャベツとしらすの生姜和え みそ汁(うまい菜・しめじ) ジョア	御飯(160) いわしの蒲焼 なすの和風和え みそ汁(玉葱・椎茸) 乳酸菌飲料	御飯(160) 高野たまご巻き 青菜のおかか和え みそ汁(もやし・油揚げ) 牛乳
昼	御飯(160) ポークチャップ じゃが芋の煮物 マスカットゼリー コンソメスープ(白菜・コーン)	御飯(160) 煮込みハンバーグ えびとカリフラワーのソテー フルーツ(白桃) 中華スープ(ほうれん草・コーン)	御飯(160) 豚肉のポン酢炒め 里芋の煮っころがし 苺ババロア みそ汁(白菜・葱)	海老ピラフ コーンコロケ 青りんごゼリー クリームポタージュ	御飯(160) たらの柚庵焼き 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(みかん) みそ汁(うずまき麩・葱)	海鮮タンメン 餃子 ほうれん草のナムル いちごゼリー	御飯(160) 鶏肉の葱塩炒め 竹輪とごぼうの旨煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(じゃが芋・しめじ)
おやつ	かすてら饅頭	おはぎ	おかき のり塩味	和のパンケーキ	和栗モンブラン	炭酸饅頭	りんご蒸しパン
夕	御飯(160) ほきの揚げ浸し れんこんの煮物 ほうれん草としめじのおかか和え	御飯(160) さばのしそ塩麩焼き なすのみそ炒め 茶福豆	御飯(160) 赤魚の山椒煮 ごぼうの甘辛煮 ほうれん草の磯和え	御飯(160) 鶏肉の南部焼き 竹輪とごぼうの旨煮 もやしの梅マヨ和え	御飯(160) ふくさ焼き 青梗菜のソテー マカロニサラダ	御飯(160) 鶏肉のみそ焼き さつまいもの煮物 カリフラワーのゆかり和え	御飯(160) たらのマヨネーズ焼き かぶのかにあんかけ いんげんのかるみ
	令和07年09月29日(月)	令和07年09月30日(火)					
朝	御飯(160) 厚揚げの含め煮 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(おつゆ麩・大根葉) ジョア	御飯(160) がんと冬瓜の煮物 春菊のごま和え みそ汁(うずまき麩・かぶ葉) 牛乳					
昼	御飯(160) アジの煮つけ カリフラワー炒め ぶどうムース みそ汁(卵)	御飯(160) 豚肉のゆず醤油炒め 竹輪としろなの煮びたし フルーツ缶(白桃) みそ汁(豆腐・葱)					
おやつ	芋ようかん	ロールケーキ モカ					
夕	御飯(160) 豚肉ともやしの炒め物 かぼちゃの甘煮 小松菜のサラダ	御飯(160) さばの生姜煮 チンゲン菜のソテー なすの中華和え					