

9月献立表

ショート(A)

令和08年09月01日(火)	令和08年09月02日(水)	令和08年09月03日(木)	令和08年09月04日(金)	令和08年09月05日(土)	令和08年09月06日(日)	令和08年09月07日(月)
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) ヨーグルト	御飯(160) 納豆 チンゲン菜炒め みそ汁(里芋・きぬさや) 牛乳	バターロール あんずジャム オムレツ ブロッコリーのサラダ コーンスープ 乳酸菌飲料	御飯(160) ベーコンとアスパラの炒め物 しらすと青菜の生姜和え みそ汁(もやし・葱) 牛乳	御飯(160) 大豆のトマト煮込み 白菜の胡麻サラダ みそ汁(畑菜・おつゆ麩) ジョア	御飯(160) 豆腐のそぼろがけ ほうれん草の和え物 みそ汁(キャベツ・えのき) 牛乳	御飯(160) じゃが芋のそぼろ炒め 青菜のわさび和え みそ汁(大根・うずまき麩) ヨーグルト
きのこご飯 パサの山椒焼き じゃが芋の含め煮 フルーツ缶(みかん) 吸い物(うずまき麩・ねぎ)	御飯(160) たらのチャンチャン焼き かぼちゃの煮物 林檎ムース お吸物(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(玉葱・椎茸)	御飯(160) かれいの煮付け 冬瓜のくず煮 パナナムース みそ汁(若布・うずまき麩)	そぼろちらし寿司 豚肉と茄子の炒め物 キャベツの磯和え お吸い物(花麩・えのき)	御飯(160) 赤魚の揚げ煮 ごぼうの甘辛炒め煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(かぼちゃ・大根葉)	おろし梅うどん 豆腐チャンプル なすの中華和え オレンジゼリー
おやつ(炭酸饅頭)	おやつ(ドームケーキ)	おやつ(どら焼きカスタード)	☆おやつ(さつまいも蒸しパン)	おやつ(マドレーヌ)	おかきのり塩	おやつ(レモンケーキ)
御飯(160) 鶏肉のケチャップ焼き かぶの洋風煮 スパゲティーサラダ	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) ホキ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 ポテトサラダ	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) 中華風卵焼き 焼きビーフン 青梗菜のナムル	御飯(160) さばの味噌煮 ベーコンともやしの炒め物 ほうれん草のごま和え
令和08年09月08日(火)	令和08年09月09日(水)	令和08年09月10日(木)	令和08年09月11日(金)	令和08年09月12日(土)	令和08年09月13日(日)	令和08年09月14日(月)
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 マカロニサラダ コンソメスープ(にんじん・コーン) 乳酸菌飲料	御飯(160) 納豆 じゃが芋とツナの炒め物 みそ汁(しろな・若布) ジョア	御飯(160) 大根のそぼろ煮 白菜の海苔和え みそ汁(南瓜・玉葱) 牛乳	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	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) パサのみりん焼き 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) いちごムース	御飯(160) 麻婆豆腐 カニしゅうまい マンゴープリン 中華スープ(青梗菜・人参)	御飯(160) かれいの香味焼き ぜんまい煮 苺プリン みそ汁(玉葱・かぶの葉)	御飯(160) お好み焼き風たまご焼き さつま芋の煮物 ヨーグルトバナナア みそ汁(かぶ・大根葉)	御飯(160) さばの南蛮漬け 切干大根の炒め煮 フルーツ缶(白桃) みそ汁(青菜・若布)	御飯(160) ポークチャップ じゃが芋の煮物 ぶどうゼリー コンソメスープ(白菜・コーン)
おやつ(焼きドーナツ)	☆おやつ(蒸しパン)	おやつ(味噌まんじゅう)	☆おやつ(かぼちゃ蒸しパン)	おやつ(ロールケーキ)	おやつ(かすてら饅頭)	おかききなこ
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) パ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 ポテトサラダ	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) 親子煮 小松菜とツナの和え物 カリフラワーの甘酢漬け	御飯(160) 赤魚の揚げ浸し れんこんの煮物 ほうれん草としめじのおかか和え
令和08年09月15日(火)	令和08年09月16日(水)	令和08年09月17日(木)	令和08年09月18日(金)	令和08年09月19日(土)	令和08年09月20日(日)	令和08年09月21日(月)
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	レーズンブレッド スクランブルエッグ カリフラワーサラダ パンプキンスープ 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) 牛乳	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) 納豆 じゃがいもの煮物 みそ汁(もやし・若布) 乳酸菌飲料	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) パサのムニエル ハムともやしのソテー フルーツ缶(黄桃) 中華スープ(ほうれん草・椎茸)	御飯(160) ほきの香味蒸し かぶのくず煮 マスカットゼリー みそ汁(麩・葱)	御飯(160) 豚肉の生姜焼き なすの含め煮 フルーツ缶(洋梨) お吸物(素麺・葱)	かにちらし寿司 【温】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) おやつ パームクーヘン	御飯(160) 豚肉と野菜のオイスター炒め かにしゅうまい フルーツ缶(マンゴー) 中華スープ(卵)	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)	赤飯・炊き合わせ 天ぷら(エビ・カボチャ・ピーマン) 【温】茶碗蒸し 祝いまんじゅう 吸い物(花麩・ねぎ)
☆チョコレート蒸しパン	ケーキ盛り合わせ	セレクトおやつ	御飯(160)	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(ドーナツチョコ)	おやつ(どらやきこしあん)
御飯(160) 鶏肉のみそ漬焼き なすの煮物 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	和風卵焼き 付)なす レバー炒め 畑菜ときのこの和風和え	御飯(160) ホキの煮付け かぼちゃのそぼろあんかけ しろなのわさび和え	御飯(160) 鶏肉の玉葱ソース 青梗菜の煮浸し ブロッコリーのマヨサラダ	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
令和08年09月22日(火)	令和08年09月23日(水)	令和08年09月24日(木)	令和08年09月25日(金)	令和08年09月26日(土)	令和08年09月27日(日)	令和08年09月28日(月)
御飯(160) 厚焼きたまご 青菜のボン酢和え みそ汁(南瓜・葱) ジョア	御飯(160) 大根の炒り煮 青梗菜の和え物 みそ汁(若布・うずまき麩) 牛乳	バターロール メイプルジャム オムレツ さつま芋のサラダ コンソメスープ(キャベツ・しめじ) ヨーグルト	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) 牛乳	御飯(160) 大根と鶏肉の煮物 いんげんのピーナッツ和え みそ汁(玉葱・しめじ) ジョア	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	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) 煮込みハンバーグ えびとカリフラワーのソテー パナナムース 中華スープほうれん草・コーン)	御飯(160) 豚肉のボン酢炒め 里芋の煮っころがし フルーツ缶(白桃) みそ汁(白菜・葱)	海老ピラフ グリルチキン 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 苺ゼリー みそ汁(うずまき麩・葱)	御飯(160) 揚げ豆腐の野菜あん さつまいものレモン煮 おやつ(チョコバナナア) みそ汁(もやし・うずまき麩)	御飯(160) 鶏肉の葱塩炒め 竹輪とごぼうの旨煮 フルーツ缶(みかん) みそ汁(じゃが芋・しめじ)	御飯(160) あじの煮つけ カリフラワー炒め パインムース みそ汁(卵)
おやつ(おかきのり塩味)	おやつ(おはぎ)	抹茶パンケーキ	おやつ(お月見まんじゅう)	☆おやつ(かぼちゃ蒸しパン)	おやつ(焼きプリンタルト)	おやつ(芋ようかん)
御飯(160) さばのしそ塩麴焼き 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) ホキの南部焼き 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) メルルーサの味噌焼き かぶとつみれの炊き合わせ 白菜のからし和え	御飯(160) たらのマヨネーズ焼き かぶのかにあんかけ いんげんのくるみ和え	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
令和08年09月29日(火)	令和08年09月30日(水)					
御飯(160) がんもと冬瓜の煮物 春菊のごま和え みそ汁(うずまき麩・かぶ葉) 牛乳	御飯(160) いわしの蒲焼 なすの和風和え みそ汁(かぼちゃ・白葱) 乳酸菌飲料					
御飯(160) 豚肉のゆず醤油炒め 竹輪としろなの煮びたし 青りんごゼリー みそ汁(豆腐・葱)	ちゃんぽん 浦上そぼろ ほうれん草のナムル いちごゼリー					
スイスロール(モカ)	おやつ(カステラ)					
御飯(160) たらのフライ チンゲン菜のソテー なすの中華和え	御飯(160) 鶏肉のみそ焼き さつま芋の煮物 カリフラワーのゆかり和え					