

2025年 9月 献立表 [常食]							
	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)
朝食	米飯 味噌汁(たまねぎ) 冬瓜と厚揚げの煮物 佃煮(梅びしお) 牛乳	米飯 味噌汁(しめじ) 白菜の煮浸し ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(ほうれん草) 魚肉ソーセージの炒め物 漬物 牛乳	芋雑炊 味噌汁(ごぼう) 切干大根煮 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜) 南瓜のクリーム煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(小松菜) 大豆煮豆 漬物 牛乳	ロールパン コンソメスープ スクランブルエッグ フルーツ(マンゴー缶) 牛乳
昼食	赤飯 味噌汁(もやし) 鶏の塩麹蒸し ひじきの煮物 冷奴	中華丼 卵スープ 春巻き 杏仁豆腐	米飯 味噌汁(キャベツ) 肉じゃが 野菜金平 春雨の酢の物	米飯 味噌汁(まいたけ) サバの南蛮漬け ピーマン炒め 春菊のごま和え	米飯 味噌汁(里芋) 牛肉の七味焼き なすの炒め物 春雨の酢の物	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツヨーグルト 漬物	米飯 味噌汁(大根) 豚のねぎ焼き かぼちゃの煮物 わかめの酢の物
昼間食	エクレア	ストロベリーゼリー	えらべるおやつ	キャラメルコーン	ババロア	抹茶パンケーキ	黒糖まんじゅう
夕食	米飯 味噌汁(じゃがいも) めばるの煮つけ なすのそぼろかけ 酢味噌和え	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 牛肉と蓮根の甘辛煮 青梗菜の炒め物 ブロッコリーサラダ	米飯 味噌汁(豆腐) 赤魚の西京焼き がんも煮 オクラの和え物	米飯 味噌汁(えのき) 鶏のさっぱり煮 ちくわの煮物 白菜の和え物	米飯 味噌汁(青梗菜) カレイの香り蒸し こんにゃくの炒め物 ブロッコリーのしらす和え	米飯 味噌汁(なす) 鶏のガーリック焼き 豆腐しゅうまい なめたけおろし和え	米飯 すまし汁(しいたけ) さごしの梅煮 里芋の柚子味噌かけ ほうれんそうの和え物
	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)
朝食	米飯 味噌汁(じゃがいも) ピーマンの土佐煮 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜) 小松菜の炒め物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 五目きんちゃく煮 漬物 牛乳	葉大根雑炊 味噌汁(大根) 竹輪の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(えのき) 白菜の煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(なす) 玉葱と麩の甘辛煮 漬物 牛乳	ジャムパン コーンスープ ほうれん草ソテー フルーツ(パイン缶) 牛乳
昼食	五目ちらし すまし汁(もやし) 厚揚げ煮	米飯 味噌汁(さつまいも) メンチカツ キャベツカレー炒め スパサラダ	わかめご飯 けんちんうどん フルーツ(みかん缶) 青梗菜とカニカマの和え物	米飯 味噌汁(しいたけ) お好み焼き ほうれん草のなめ茸和え	米飯 すまし汁(小松菜) たら味噌マヨ焼き かぼちゃの煮物 キャベツの昆布和え	米飯 味噌汁(あさり) 八宝菜 ひじきの煮物 きのこサラダ	米飯 ビーフシチュー コールスローサラダ 小松菜の炒め物
昼間食	メーブルブリチケーキ	青りんごゼリー	えらべるおやつ	サッポロポテト	いちごプリン	たいやき(カスタード)	田舎まんじゅう
夕食	米飯 味噌汁(ごぼう) 豚肉のブルコギ風 野菜しゅうまい 高野豆腐のごま和え	米飯 味噌汁(えのき) 魚のチーズパン粉焼き さつまいもの煮物 ごぼうサラダ	米飯 スープ(たまご) 焼肉風 中華炒め 春雨サラダ	米飯 味噌汁(豆腐) さごしの中華蒸し 金平れんこん ブロッコリーのごま和え	米飯 味噌汁(たまねぎ) 鶏肉の治部煮 金平れんこん 大根サラダ	米飯 味噌汁(里芋) ほっけの利休焼き 青梗菜の煮浸し さつまいもサラダ	米飯 すまし汁(青梗菜) 豚肉とごぼうの味噌炒め ブロッコリーのクリーム煮 白和え
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	21 (日)
朝食	米飯 味噌汁(えのき) きんぴらごぼう ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(大根) 肉団子の煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(白菜) さつまいもの煮物 漬物 牛乳	なめし雑炊 味噌汁(なす) がんも煮 牛乳	米飯 味噌汁(しいたけ) 青梗菜のお浸し 佃煮(梅びしお) 牛乳	米飯 味噌汁(里芋) 冬瓜と揚げの煮物 漬物 牛乳	ぶどうパン コンソメスープ はんぺんバター炒め フルーツ(洋梨缶) 牛乳
昼食	《敬老の日御膳》 赤飯・ちらし寿司 天ぷら・焼き魚 紅白なます・炊き合わせ ほうれん草の湯葉和え 若鶏の八幡巻き 茶碗蒸し・すまし汁 果物	米飯 すまし汁(ほうれん草) 鶏の香り蒸し 中華風炒り卵 胡瓜とささみの和風和え	コーンピラフ パンブキンポタージュ クリームコロッケ いんげんのピーナツ和え	米飯 味噌汁(キャベツ) 豚キムチ しゅうまい 中華サラダ	《リクエストメニュー》 米飯 味噌汁(かぼちゃ) とんかつ たまねぎのソテー ブロッコリーのマヨ和え	カレーライス 野菜サラダ フルーツヨーグルト 漬物	米飯 味噌汁(ごぼう) 鯖の味噌煮 青梗菜の炒り煮 カリフラワーの甘酢和え
昼間食	水ようかん	オレンジゼリー	えらべるおやつ	かっぱえびせん	フルーチェ	パンケーキ	抹茶まんじゅう
夕食	米飯 味噌汁(たまねぎ) カレイのしそ焼き 里芋のそぼろ煮 わかめの酢の物	米飯 赤だし汁(まいたけ) 擬製豆腐 もやし炒め 漬物盛り合わせ	米飯 豆腐スープ 照り焼きポーク 野菜金平 ほうれん草のお浸し	米飯 味噌汁(冬瓜) さごしの幽庵焼き ジャーマンポテト カニカマサラダ	米飯 味噌汁(もやし) 牛肉の洋風炒め 野菜金平 きゅうりの酢の物	米飯 味噌汁(さつまいも) 白身魚の香り蒸し ほうれん草ソテー かぼちゃサラダ	米飯 味噌汁(小松菜) 親子煮 じゃがいも煮 マカロニサラダ
	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	28 (日)
朝食	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 味噌煮 佃煮(たいみそ) 牛乳	米飯 味噌汁(豆腐) 白菜のクリーム煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(青梗菜) さつま揚げの煮物 漬物 牛乳	野菜雑炊 味噌汁(なす) 切干大根煮 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜) ピーマン当座煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋) 白菜のコンソメ煮 漬物 牛乳	ロールパン オニオンスープ ミートボール フルーツ(みかん缶) 牛乳
昼食	きのこ寿司 赤だし汁(大根) 冬瓜のそぼろ煮	米飯 味噌汁(たまねぎ) 鮭のちゃんちゃん焼き こんにゃく炒め ほうれん草の変わり和え	米飯 スープ(小松菜) エビチリ もやし炒め 春雨の酢の物	炊き込みご飯 すまし汁(ほうれん草) さばの味噌煮 和風きのこ炒め フルーツ(バナナ)	米飯 卵スープ 青椒肉絲 春巻き フルーツポンチ	米飯 味噌汁(ごぼう) アジフライ 野菜炒め ほうれん草のピーナツ和え	米飯 クリームシチュー えびかつ いちごプリン
昼間食	いちごエクレア	プリン	えらべるおやつ	ポーロ	ぶどうゼリー	たいやき(あんこ)	酒まんじゅう
夕食	米飯 すまし汁(まいたけ) 赤魚の西京焼き 香草焼き ブロッコリーサラダ	米飯 味噌汁(しめじ) ハンバーグ なすの生姜煮 カニカマサラダ	米飯 味噌汁(しいたけ) さごしの利休焼き 筑前煮 キャベツの磯香和え	米飯 味噌汁(大根) 豚肉の柳川風 かぼちゃソテー ブロッコリーのツナマヨ和え	米飯 すまし汁(キャベツ) たら野菜あんかけ なすの田楽 青菜のおかか和え	米飯 コンソメスープ(もやし) ジャーマンオムレツ ピーマンの炒め物 わかめサラダ	米飯 味噌汁(さつまいも) 豚肉のおろしかけ きのこ炒め オニオンサラダ
	29 (月)	30 (火)					
朝食	米飯 味噌汁(白菜) 五目きんちゃく煮 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(なす) 5色炒め ふりかけ 牛乳					
昼食	米飯 味噌汁(豆腐) 赤魚の生姜煮 金平ごぼう 青梗菜のなめ茸和え	わかめご飯 塩タンメン しゅうまい フルーツ(バナナ)					
昼間食	コンフェ	マスカットゼリー					
夕食	米飯 味噌汁(大根) 牛肉の甘辛煮 ブロッコリーソテー もやしの胡麻和え	米飯 味噌汁(じゃがいも) さばの塩焼き 大根のコンソメ煮 カリフラワーの甘酢和え					

9月 献立
15日 敬老の日 御膳
19日 リクエストメニュー 豚カツ

敬老の日にささやかですが御膳を
用意してお祝いします

