

予定献立一覧表										
常食		2026年9月1日(火)		～		2026年9月30日(水)				
	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)
朝	パン ポークビーンズ※ フルーツ(みかん) 牛乳200ml	御飯 ハムと野菜の炒め物※ 昆布と大豆の煮もの 味噌汁 牛乳200ml	パン ※ポトフ風 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 さわらの粕漬け 小松菜のお浸し 味噌汁 牛乳200ml	パン コンソメ煮 タマゴサラダ 牛乳200ml	御飯 インゲン ^① の炒め煮 納豆 味噌汁 牛乳200ml	御飯 目玉焼き※ 小松菜とツナ炒め 味噌汁 牛乳200ml	パン かぼちゃグラタン フロッキーサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 大豆 ^① ・ ^② の野菜あん 蒸し鶏のおろし和え 味噌汁 牛乳200ml	パン 青菜と ^① ・ ^② のソテー フルーツ(バナナ) コンソメスープ 牛乳200ml
昼	御飯 千草焼あなか 大根の煮物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	御飯 鶏肉のピカタ グリーンサラダ ヨーグルト(イチゴ ^① ジャム) コンソメスープ	御飯 鮭の塩麹焼き 南瓜の煮物 もずく酢 味噌汁	御飯 牛丼 大根サラダ 果物(梨) 清汁	御飯 白身魚の磯辺揚げ 刻み昆布の炒め煮 わうとトマトのごま酢和え 清汁	御飯 麻婆茄子 水餃子 杏仁豆腐 玉子スープ	御飯 カレイの ^① 醤油焼き がんもの煮物 モロヘイヤの和え物 味噌汁	御飯 鶏肉の黒酢煮 青菜としらす和え 春雨サラダ 味噌汁	きのこご飯 鮭の西京焼き なすの煮浸し 里芋の煮っころかし 清汁	御飯 擬製豆腐 金平ごぼう 青菜の ^① ・ ^② 和え 味噌汁
間	ロールケーキ	どら焼き	バウムクーヘン	クレープ(イチゴ)	蒸しケーキ(コ)	たい焼き	ブッシュ	おからケーキ	紅菊(練り切り)	レアチーズケーキ
夕	御飯 赤魚の香味だれ 高野豆腐の含め煮 青菜のなめたけ和え 清汁	御飯 豆腐と ^① の中華旨煮 餃子 春雨サラダ 中華スープ	御飯 豚肉のオイスター炒め ひじきの炒め煮 もやしの和風和え 清汁	御飯 鯖のみりん醤油焼き ビーフンソテー ほうれん草の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏肉の ^① ・ ^② 焼き 冬瓜の水晶煮 青菜の ^① 和え 味噌汁	御飯 赤魚の煮つけ きのこ ^① ・ ^② 炒め *白和え 清汁	御飯 厚揚げと豚肉の甘辛炒め じゃが芋の煮物 もやしのザーサイ和え 清汁	御飯 鯖の梅みりん焼き キャベツの煮浸し かぶの浅漬け 味噌汁	御飯 豚肉のトマトソース煮込み ビーンズサラダ オレンジゼリー コンソメスープ	御飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 きのこのポン酢和え 味噌汁
	11(金)	12(土)	13(日)	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
朝	御飯 野菜の炒め物※ 金時豆 味噌汁 牛乳200ml	パン ポタージュ煮 温野菜サラダ 牛乳200ml	御飯 五目厚焼き玉子※ インゲン ^① と ^② の炒め物 味噌汁 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 小松菜のお浸し 味噌汁 牛乳200ml	パン えびグラタン 温野菜サラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 あじ ^① ・ ^② 白菜のなめたけ和え※ 味噌汁 牛乳200ml	パン ^① ・ ^② 汁煮 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 えび団子と冬瓜の煮物 納豆 味噌汁 牛乳200ml	パン オムレツ(チーズ入り) ごぼうサラダ *果物(みかん缶) 牛乳200ml	御飯 鱈 ^① ・ ^② 小松菜のくるみ和え 味噌汁 牛乳200ml
昼	御飯 豚肉と野菜の味噌炒め 冬瓜の薄くず煮 長芋の ^① 和え 清汁	御飯 かに玉風 焼売 マンゴーヨーグルト 中華スープ	御飯 鶏肉の塩麹焼き 野菜つみれの煮物 マカロニサラダ 清汁	御飯 蒸し豚のゴマダレかけ なすの味噌炒め デザートムース(マン) わかめスープ	御飯 鯖の漬け焼き 南瓜の煮物 ごぼうサラダ 味噌汁	御飯 茄子と海老 ^① ・ ^② 炒め 五目煮豆 春雨サラダ 味噌汁	御飯 鯖の山椒焼き カブとひき肉の炒め煮 もずく酢 味噌汁	御飯 鶏肉のチーズ焼き インゲン ^① と ^② の ^③ マスカットゼリー コンソメスープ	御飯 あじの梅風味焼き がんもの煮物 蓮根サラダ 清汁	御飯 ほっけの塩焼き 青菜の炒め物 かぶの煮物 味噌汁
間	クッキー	ロールケーキ	おかき	カステラ(黒糖)	とけないアイス 抹茶	クレープ(バナナ)	ワッフル	今川焼き(小倉)	水まんじゅう	チョコドーナツ
夕	御飯 赤魚の香味焼き 青菜と竹輪炒め 切干大根のサラダ 味噌汁	御飯 ムツのもろみ焼き 卵の花 青菜のゆかり和え 味噌汁	御飯 牛肉の韓国風炒め さつま芋の甘煮 もやしのナムル *春雨スープ	御飯 カレイのみぞれがけ ぜんまいの炒め煮 きゅうりの梅和え 味噌汁	御飯 肉団子の酢豚風 餃子 杏仁フルーツ 中華スープ	御飯 鶏肉のトマト煮 3色 ^① ・ ^② のソテー 水菜のサラダ コンソメスープ	御飯 豚肉と木耳の炒め物 冬瓜かにあなか フルーツヨーグルト 味噌汁	御飯 赤魚の味噌醤油焼き *ひじきの炒り煮 オクラのなめ茸和え *味噌汁	御飯 牛肉の炒め煮 じゃが芋の煮物 *キャベツ辛子和え 味噌汁	御飯 豆腐ふくさ焼き *大根そぼろあなか ^① と ^② の ^③ 清汁
	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)	28(月)	29(火)	30(水)
朝	御飯 赤魚の塩麹焼き 昆布と大豆の煮物 味噌汁 牛乳200ml	パン アンサンブルエッグ *フレンチサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 豆腐ハンバーグ キャベツの塩昆布和え 味噌汁 牛乳200ml	パン 白菜のコンソメ煮 温野菜サラダ 牛乳200ml	御飯 大根とつみれの煮物 鮭フレック 味噌汁 牛乳200ml	パン ハムソテー ツナサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 五目厚焼き玉子※ 冬瓜と薩摩揚げの煮物 味噌汁 牛乳200ml	御飯 赤魚の生姜醤油焼き アサリしぐれ煮 味噌汁 牛乳200ml	パン ポークビーンズ※ ポテトサラダ 牛乳200ml	御飯 インゲン ^① と ^② の炒め煮 金時豆 味噌汁 牛乳200ml
昼	赤飯 天ぷら 菊花和え 果物 清汁	御飯 鮭のムニエル か ^① ・ ^② の ^③ 煮 大根とホタテのサラダ 豆乳スープ	御飯 シーフードカレー りんごヨーグルト コールスロー *春雨スープ	御飯 回鍋肉 エビシューマイ 杏仁フルーツ *春雨スープ	*月見うどん 信田煮 里芋のずんだ和え	御飯 白身魚の ^① ・ ^② 醤油 パプリカのマリネ フルーツ ワンタンスープ	御飯 麻婆豆腐 切干大根の煮物 青菜の ^① ・ ^② 和え 中華スープ	御飯 鶏肉の南蛮がけ キャベツの昆布煮 小松菜のわさび和え 味噌汁	御飯 白身魚のポン酢卸し がんもの煮物 鶏ともやしの和え物 味噌汁	御飯 厚揚げと豚肉味噌炒め ^① ・ ^② 団子の煮物 長芋とおくら梅和え 清汁
間	鶴亀の舞	レモンケーキ	おはぎ	たい焼き	お月見ケーキ	ピーチムース	蒸しケーキ(抹茶)	マンゴープリン	吹雪饅頭	いちごパバロア
夕	御飯 *松風焼 茶筌なす 青菜の海苔和え 味噌汁	御飯 豚肉と ^① ・ ^② の ^③ 南瓜の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁	御飯 魚の照り焼き 小松菜の煮浸し 里芋のくるみ味噌和え きのこ汁	御飯 白身魚のトマトソース アスパラソテー マカロニサラダ コンソメスープ	御飯 牛肉の ^① ・ ^② 風 細切昆布の炒め煮 *ごぼうのサラダ 味噌汁	御飯 鶏肉の黒酢煮 厚揚げの炒め物 かぶの浅漬け 味噌汁	御飯 鯖の梅とろろがけ もやし炒め 水菜サラダ 清汁	御飯 スパニッシュオムレツ きのこのソテー じゃこサラダ コンソメスープ	御飯 鶏肉のマヨネーズ ^① ・ ^② 焼き ほうれん草バター ^③ レタスサラダ パンプキンスープ	御飯 鮭の塩焼き 金平ごぼう さつま芋サラダ 味噌汁