

9月 予定献立表

	9月1日(金)	9月2日(土)	9月3日(日)	9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)	9月7日(木)	9月8日(金)
朝食	ご飯 味噌汁 昆布豆 ふりかけ	ショコラロール ソーセージのソテー バナナ 牛乳	鶏雑炊 味噌汁 ほうれん草の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 ツナの炒め物 ふりかけ	シュガーバターコッペ ハムのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 漬物	黒糖ツイスト ポテトサラダ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 ふりかけ
昼食	☆防災の日 青菜ご飯(非常食) 野菜シチュー(非常食) 肉詰めフライ フルーツ	スパゲッティミートソース オニオンスープ サラダ ヨーグルト	ご飯 味噌汁 豚肉の玉葱ソース 厚揚げの香味醤油 大根サラダ	☆選択メニュー 鮭キャベツカツ 又は ロールキャベツ ご飯・フルーツ はんぺんのチーズ焼き	ご飯 味噌汁 めばるのあんかけ ふきの炒め煮 レタスの香味和え	ネギ塩牛丼 味噌汁 冬瓜の煮物 ごぼうサラダ	ご飯 コンソメスープ ハンバーグ 野菜ソテー カリフラワーのレモン和え	ご飯 すまし汁 太刀魚の焼き浸し 小松菜の炒め煮 かまぼこの和え物
おやつ	今川焼 お茶	鯛焼き お茶	バウムクーヘン ミルクティー	カスタードシュー レモンティー	どら焼き(カスタード) お茶	ベビーあんドーナツ お茶	もみじ饅頭 お茶	莓エクレア オレンジジュース
夕食	ご飯 すまし汁 豚肉の甘酢炒め 豆腐のとろとろ煮 胡瓜の和え物	ご飯 味噌汁 親子煮 さつま芋の甘煮 トマトの和え物	ご飯 すまし汁 赤魚の粕漬け焼き 里芋のごま煮 オクラの和え物	ご飯 すまし汁 厚揚げの五目炒め 小松菜の煮浸し 長芋の梅和え	ご飯 中華スープ 八宝菜 豆腐焼売 ほうれん草のナムル	ご飯 すまし汁 ホキの味噌焼き しろなの煮物 卵豆腐	ご飯 味噌汁 さわらの辛味焼き 大根の旨煮 いんげんの辛子和え	ご飯 味噌汁 牛肉とニラの卵とじ もやしの炒め物 白菜の生姜和え

	9月9日(土)	9月10日(日)	9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)	9月14日(木)	9月15日(金)
朝食	カスタードロール コンソメ煮 フルーツ 牛乳	さつま芋雑炊 味噌汁 菜の花の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 ソーセージの炒め物 ふりかけ	ショコラツイスト ささみのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ウインナーの炒め物 漬物	ミニ山シュガー オムレツ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 きんぴらごぼう ふりかけ
昼食	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 アスパラの炒め物 茄子の胡麻酢和え	ご飯 ポタージュ たらのトマトソース きのこソテー スパゲッティサラダ	ご飯 牛肉のカレー炒め かぼちゃの煮物 胡瓜のしらす和え フルーツヨーグルト	五目炒飯 中華スープ 餃子 もやしの中華和え	ご飯 すまし汁 ふくさ焼き 炊き合わせ しろなの昆布和え	ご飯 味噌汁 牛肉の和風炒め 切り干し大根の煮物 オクラの土佐和え	☆特別食 赤飯 天ぷら 茶碗蒸し・酢の物 フルーツ
おやつ	吹雪饅頭 お茶	レアチーズケーキ ミルクティー	チョコマフィン ぶどうジュース	栗饅頭 お茶	クリームケーキ ミルクティー	黒糖饅頭 お茶	チョコクレープ レモンティー
夕食	ご飯 すまし汁 白身魚の南蛮漬け 信田巻きのおんかけ 胡瓜のなめ茸和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の蜂蜜照焼き 冬瓜の含め煮 ピーナッツ和え	ご飯 すまし汁 アジフライ 大根のべっこう煮 トマトの和え物	ご飯 すまし汁 ぶりの照り煮 小松菜の炒め物 カリフラワーの和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の煮物 ピーマンの炒め物 春雨サラダ	ご飯 すまし汁 カレイの田舎醤油焼き じゃが芋の炒め煮 わかめの和え物	ご飯 味噌汁 豚肉の梅肉ソース 人参の炒め物 かぼちゃサラダ



※予定献立のため、都合により
変更する場合がございます。
※献立についてのご質問等が
ありましたら下記までご連絡下さい。

管理栄養士 井上
(072-727-9530)



	9月16日(土)	9月17日(日)	9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	9月23日(土)
朝食	抹茶ツイスト ハムのソテー フルーツ 牛乳	きのこ雑炊 味噌汁 白菜の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ふりかけ	メロンパン ジャーマンポテト フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ツナの炒め物 漬物	ストロベリーツイスト コンソメ煮 フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮物 ふりかけ	ショコラロール ソーセージのソテー フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩麩焼き ビーフン炒め カニカマ和え	ゆかりご飯(小) 醤油ラーメン 中華和え フルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き しらたきの炒め煮 いんげんのおかか和え	ご飯 中華スープ 肉団子の甘酢あん 焼売 大根の和え物	ご飯 コーンスープ たらのパン粉焼き 野菜のトマト煮 スパゲッティサラダ	☆選択メニュー ビーフカレー 又は シーフードカレー サラダ 杏仁豆腐	ご飯 豚肉のすき煮 きんぴらごぼう いんげんの和え物 ヨーグルト	ご飯 すまし汁 鮭の塩焼き ほうれん草の炒め煮 もやしの和え物
おやつ	パンケーキ ミルクティー	酒饅頭 お茶	鶴亀の舞(敬老の日) お茶	チョコシュー リンゴジュース	ワッフル レモンティー	カステラ お茶	メープルプチケーキ ミルクティー	柔らか大福 お茶
夕食	ご飯 味噌汁 白身魚のしそ風味焼き 肉詰め稲荷の含め煮 アスパラのワサビ和え	ご飯 味噌汁 牛肉のオイスター炒め 梅焼きの含め煮 菜の花のお浸し	ご飯 すまし汁 さばの塩焼き 茄子のそぼろ煮 三色サラダ	ご飯 味噌汁 厚揚げの旨塩炒め 茶巾湯葉の煮物 オクラの生姜和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のバター醤油焼き 大豆煮 ブロッコリーの辛子和え	ご飯 すまし汁 ほっけのみりん焼き 小松菜の煮浸し 冷奴	ご飯 すまし汁 彩り玉子焼き 炊き合わせ 青梗菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のケチャップ焼き 冬瓜の煮物 キャベツの胡桃和え

	9月24日(日)	9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)	9月30日(土)
朝食	カニ雑炊 味噌汁 胡瓜の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め煮 ふりかけ	シュガーバターコッペ ウインナーのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンの炒め物 漬物	黒糖ツイスト ハムのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 海老の炒め物 ふりかけ	カスタードロール スクランブルエッグ フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 赤魚の野菜あん さつま芋の甘煮 トマトサラダ	ご飯 中華スープ ホイコーロー 大根の旨煮 ナムル	☆特別食 ピラフ オニオンスープ フライ盛り合わせ サラダ・フルーツ	ご飯 味噌汁 さばの煮つけ 茄子の炒め煮 春雨の和え物	ご飯 味噌汁 肉団子の旨煮 ピーマンの炒め物 小松菜の和え物	ゆかりご飯(小) 卵とじうどん 里芋の柚子味噌田楽 胡瓜の和え物	ご飯 ホキのマヨネーズ焼き しろなの煮浸し カリフラワーの和え物 フルーツ
おやつ	☆誕生日会 ケーキ・コーヒー	苺クレープ ミルクティー	鯛焼きクリーム お茶	抹茶ドーナツ ジョア	エクレア ミルクティー	お月見ゼリー お茶	牛乳ケーキ レモンティー
夕食	ご飯 味噌汁 牛肉の炒め物 ひじきの炒め煮 しろなのなめ茸和え	ご飯 味噌汁 太刀魚の柚子胡椒焼き かぼちゃのいとこ煮 オクラの香味和え	ご飯 すまし汁 カレイの漬け焼き えんどうの炒め物 アスパラの柚子和え	ご飯 すまし汁 茹で鶏の味噌がけ 長芋の煮物 ピーナッツ和え	ご飯 すまし汁 さわらの山椒焼き 高野豆腐の卵とじ キャベツのおかか和え	ご飯 味噌汁 豚肉のマスタード焼き 菜の花の炒め物 白菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン醤油焼き 厚揚げの炒り煮 オクラのポン酢和え